

**IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEMBOLOS TERHADAP PESERTA DIDIK
KELAS XI IIS 4 DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh :

IMAM HANAFI

NPM : 1411080058

Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H/ 2018M**

**IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEMBOLOS TERHADAP PESERTA DIDIK
KELAS XI IIS 4 DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh :

Imam Hanafi

NPM : 1411080058

Prodi : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr. Deden Makbuloh, M.Ag

Pembimbing II : Andi Thahir, S.PSI.,M.A.,ED.D

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H/ 2018M**

ABSTRAK

**IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEMBOLOS TERHADAP PESERTA DIDIK
KELAS XI IIS 4 DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Oleh
Imam Hanafi**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang pernah membolos sekolah sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat tema tersebut sebagai judul karena hal tersebut berkenaan dengan keberhasilan dalam proses belajar mengajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Implementasi Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self-Management* Untuk Mereduksi Perilaku Membolos Terhadap Peserta Didik Kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

Jenis penelitian yang digunakan merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang dilakukan dalam dua siklus yaitu siklus I dan II, subjek dalam penelitian ini adalah kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung Tahun pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 7 peserta didik dari 39 peserta didik. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik yang digunakan merupakan teknik *Self-Management*. Data di analisis secara deskriptif dengan cara melihat hasil sesudah dilakukan konseling kelompok.

Hasil menunjukan telah terjadi pengurangan perilaku membolos pada peserta didik dari kondisi awal ke siklus 1 dan ke siklus 2. Sebelum peserta didik mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 1 dan 2. AS pernah membolos dengan total intensitas sebanyak lima kali, AW sebanyak lima kali, JAP sebanyak tujuh kali, MAS sebanyak tiga belas kali, RA sebanyak lima kali, RFA sebanyak delapan kali, TR sebanyak enam kali. Setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 1 masih ada peserta didik yang membolos namun sudah berkurang. AS sebanyak satu kali, AW sebanyak tiga kali, JAP sebanyak empat kali, MAS sebanyak lima kali, RA sebanyak satu kali, RFA sebanyak empat kali, TR sebanyak dua kali. Dan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 2, ada empat peserta didik yang tidak membolos lagi peserta didik tersebut adalah AS, AW, RA dan TR. sedangkan tiga peserta didik masih membolos sebanyak dua kali peserta didik tersebut adalah MAS adapun JAP dan RFA masing-masing satu kali.

Kata kunci: Konseling Kelompok, *Self-Management*, Perilaku Membolos



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let.Kol.H. Endro Suratmin Bandar Lampung Telp: (0721) 703160

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEMBOLOS TERHADAP PESERTA DIDIK KELAS
XI IIS 4 DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN
2018/2019**

Nama : IMAM HANAFI
NPM : 1411080058
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Telah dikoreksi oleh pihak pembimbing dan telah dilakukan perubahan seperlunya
sehingga dinyatakan layak untuk dimajukan dalam sidang Munaqasyah
Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Deden Makbuloh, M.Ag
NIP. 197306032001121001

Pembimbing II

Andi Thahir, S.PSI., M.A., Ed.D
NIP. 197604272007011015

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, S.PSI., M.A., Ed.D
NIP. 197604272007011015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let.Kol.H. Endro Suratmin Bandar Lampung Telp: (0721) 703160

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEMBOLOS TERHADAP PESERTA DIDIK KELAS XI IIS 4 DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**, disusun oleh **IMAM HANAFI, NPM: 1411080058**, Jurusan: **BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal:

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Rubhan Masykur, M.Pd

Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd

Penguji Utama : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd

Penguji Pendamping I : Dr. Deden Makbuloh, M.Ag

Penguji Pendamping II : Andi Thahir, S.PSI.,M.A.ED.D

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NIP. 195608101987031001

PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah yang Maha pengasih lagi Maha penyayang, Alhamdulillah puji syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan nikmat Iman dan Islam sampai saat ini, karya ilmiah/ skripsi ini aku persembahkan untuk:

1. Kedua orang tuaku yaitu bapak Karno dan ibu Arsilem yang senantiasa mendukung dan mendoakanku dalam setiap langkah, dan Alhamdulillah sampailah pada tahap ini, yaitu tahapan yang selalu ditunggu-tunggu dan dinanti-nanti nya.
2. Kakakku Nurhamid, adik-adikku Muhammad Abdul Latif dan Hikmatul Fatonah yang selalu memberikan dukungan semangat, motivasi, serta dorongan morilnya.
3. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendewasakanku dalam berpikir dan bertindak

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada hari minggu, tanggal 28 Juni 1996 di desa Pengandaran Kubulangka, Kec. Cukuhbalak, Kabupaten Tanggamus. Penulis merupakan anak ke-2 dari 4 bersaudara dari pasangan bapak Karno dan ibu Arsilem.

Penulis mulai menempuh pendidikan formal dari jenjang Sekolah Dasar di SD 1 Kubulangka, dan lulus pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikan SLTP di MTS Irsyadul Muta'alimin Kubulangka, dan lulus pada tahun 2011, kemudian penulis melanjutkan pendidikan pada tingkat SLTA di MAN 1 Bandar Lampung dengan bidang jurusan Bahasa dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi yaitu IAIN Raden Intan Lampung yang sekarang sudah beralih status menjadi UIN Raden Intan Lampung, dan mengambil program studi Bimbingan Konseling Islam yang sekarang beralih menjadi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam pada fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Pada tahun 2017 tepatnya pada bulan febuari, penulis melakukan studi banding ke beberapa kota dan salah satu universitas di Jogjakarta. Pada bulan Agustus 2017 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sidoharjo, Kec. Way Panji, Lampung Selatan selama kurang lebih 40 hari. Selanjutnya pada bulan oktober penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di MAN 2 Bandar Lampung.

Selama proses menjalani pendidikan S1 di UIN Raden Intan Lampung, penulis terlibat dan berperan dalam beberapa kegiatan-kegiatan jurusan, dan

bergabung dalam Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) BKPI pada periode 2014-2016 dan pada periode 2016-2017 menjabat sebagai wakil ketua HMJ/Gubernur BKPI UIN RIL.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-NYA serta hidayah-NYA, Penulis diberi kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan yaitu skripsi ini seperti yang diharapkan. Sholawat dan salam pada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah menyelamatkan umat dan memberikan banyak pelajaran bagi semua umat. Skripsi ini disusun untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Tarbiyah UIN Raden Intan Lampung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari adanya bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
2. Andi Thahir, M.A. Ed.D selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung dan juga selaku pembimbing II yang telah memberikan perhatian, arahan, masukan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini.
3. Dr. Oki Darmawan M.Pd. selaku sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
4. Dr. Deden Makbuloh, M.Ag selaku pembimbing I yang telah memberikan perhatian, arahan, masukan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini

5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
6. Kepala Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung serta seluruh staf yang telah meminjamkan buku guna untuk keperluan peneliti
7. Samsurizal, S.Pd., M.Si. selaku kepala sekolah serta dewan Guru dan staf MAN 2 Bandar Lampung yang memberikan bantuan untuk melengkapi dan menyelesaikan skripsi
8. Untuk keluargaku, terkhusus Emak dan bapak yang selalu dan tak hentinya mendukung dan mensupport peneliti dalam menyelesaikan study. Serta tak lupa dukungan Mbah, Uwa, Mamang, Bibi, Kaka, Adek dan semua Ponakan serta Sepupu terimakasih atas doa dan dukungan kalian.
9. Untuk sahabat saya dari MAN 1 Bandar Lampung hingga sekarang Afrizal, Afiful, Ajis, Aris, Budi, Danu, Faqih, Ican, yang tak henti-hentinya memberikan semangat terimakasih atas do'a dan dukungannya.
10. Terkhusus untuk Fitri Marantika seorang yang selalu membantu dan memberikan semangat dalam menyelesaikan study ini.
11. Untuk bunda Ida, pak Hardi terimakasih banyak telah membantuku dan terus memotivasiku dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Untuk seluruh Teman-teman seperjuangan BK angkatan 2014 kelas A, terkhusus Tebe, Arif, Bagus, Salvian, Fizai, Andre, Yoga, Teteh Arfa, Iga, Fifi, Eka, Astrid.

13. Untuk keluarga HIMA BKPI UIN RIL mulai dari angkatan 2013-2016, kaka-kaka, teman-teman, adek-adek HIMA yang tak bisa disebutkan namanya satu persatu, yang telah banyak sekali membawa dampak positif dan perubahan serta motivasi pada diri pribadi dalam berproses dan menyelesaikan study.
14. Untuk keluarga baru yang saya temukan semasa KKN di desa Sidoharjo, Kabupaten Lampung Selatan dan keluarga PPL di MAN 2 Bandar Lampung.
15. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah mengajarkanku untuk belajar bersikap, berfikir, dan bertindak lebih baik.

Semoga amal bapak, ibu dan rekan-rekan semua diterima oleh Allah SWT dan akan mendapat pahala dari Allah SWT. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat menambah ilmu pembaca dan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

Bandar Lampung,
Penulis

Imam Hanafi
NPM 1411080058

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1.1	Data awal Perilaku membolos terhadap peserta didik	6
4.1	Kondisi Awal Perilaku peserta didik membolos Sebelum Mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik <i>Self-Management</i> Siklus 1 dan siklus	1 78
4.2	Hasil Setelah Peserta didik Mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik <i>Self-Management</i> Siklus 1	79
4.3	Pengurangan Perilaku Peserta didik membolos Sebelum dan Setelah Peserta didik mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik <i>Self-Management</i> Siklus 1	80
4.4	Hasil Setelah Peserta didik mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik <i>Self-Management</i> Siklus 1 dan Siklus 2	81
4.5	Hasil Pengurangan Perilaku Peserta didik setelah mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik <i>Self-Management</i> membolos dari Kondisi Awal, Setelah Siklus 1 sampai Siklus 2	82

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi.....	12
C. Batasan Masalah.....	13
D. Perumusan Masalah	13
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	13
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	15

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok	16
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	16
2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	19
3. Teknik Layanan Konseling Kelompok.....	20
4. Tujuan Konseling Kelompok.....	21
5. Asas Konseling Kelompok	24
6. Unsur-unsur Konseling Kelompok	26
7. Tahap Dalam Konseling Kelompok	27
B. Teknik <i>Self-Management</i>	29
1. Pengertian Teknik <i>Self-Management</i>	29
2. Tujuan <i>Self-Management</i>	31

3. Anggapan Dasar Teknik <i>Self-Management</i>	32
4. Manfaat Teknik <i>Self-Management</i>	33
5. Faktor Keefektifan Dalam Pelaksanaan Teknik <i>Self-Management</i>	34
6. Tahapan <i>Self-Management</i>	34
7. Kelebihan dan Kendala Teknik <i>Self-Management</i>	35
8. Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Management</i>	36
9. Peran Koselor dan Konseli	36
C. Perilaku Membolos	37
1. Pengertian Perilaku Membolos.....	37
2. Peserta Didik yang Membolos.....	39
3. Faktor Penyebab Perilaku Membolos.....	39
4. Jenis Perilaku Membolos dan Dampak Negatifnya.....	40
D. Penelitian Relevan.....	42
E. Kerangka Berfikir.....	45
F. Hipotesis.....	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	47
B. Subjek Penelitian, Tempat, dan Waktu Penelitian	50
C. Variabel Penelitian	51
D. Rancangan Penelitian	51
E. Teknik Pengumpulan Data.....	57
F. Analisis Data	59
G. Target Ketercapaian	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Profil Sekolah.....	62
1. Sejarah MAN 2 Bandar Lampung	67
2. Visi dan Misi	63
3. Letak Geografis	64

B. Hasil Penelitian	64
1. Siklus 1	65
2. Siklus II.....	72
C. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	78

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	85
B. Saran	86

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bali merupakan pulau seribu Pura atau Pulau Seribu Candi, karena pura atau candi ditemukan di semua tempat, di pintu gerbang desa, di depan kantor-kantor pemerintah, bahkan di depan rumah penduduk. Bali juga mempunyai beragam budaya, tradisi dan adat istiadat yang khas. Di beberapa tempat di Bali terdapat beberapa tempat persembahyangan / Pura. Pura tersebut digunakan sebagai tempat persembahyangan oleh penduduk di Bali yang mayoritas beragama Hindu. Penduduk melakukan ritual tersebut secara rutin. Bali terbagi menjadi 52 kecamatan, yang terdiri dari 8 Kabupaten dan 1 kota Madya yaitu Denpasar.

Kabupaten Tabanan adalah salah satu dari beberapa Kabupaten yang berada di Bali yang terletak dibagian selatan Pulau Bali. Luas wilayah Kabupaten Tabanan sekitar 839,33 Km² yang terdiri dari Pegunungan dan pantai, dan terbagi menjadi sepuluh kecamatan. Selain sebagai pusat spiritual bagi umat Hindu, pura Tanah Lot memiliki keistimewaan jika dibandingkan dengan pura-pura lainnya yang ada di Bali. Pura Tanah Lot sudah sejak lama terkenal karena keindahan pantainya. Selain itu, Pura Tanah Lot juga memiliki keistimewaan lain, seperti adanya ular suci. Mengingat keistimewaan-keistimewaan tersebut, maka penulis mengangkat topic Tanah Lot sebagai objek tulisan.

B. Tujuan

1. Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang disamapaikan di atas, ada beberapa tujuan yang ingin dicapai.
2. Untuk mengetahui sejarah Pura Tanah Lot.
3. Untuk mengetahui lokasi Pura Tanah Lot.
4. Untuk mengetahui keistimewaan yang ada di Pura Tanah Lot.
5. Untuk mengetahui dampak Pura Tanah Lot terhadap masyarakat sekitar.

C. Manfaat

- Sebagai tambahan materi di luar sekolah.
- Melatih siswa agar dapat mengolah laporan widya wisata.
- Menambah pembendaharaan pustaka sekolah yang menunjang minat baca siswa agar pengetahuannya lebih luas.



BAB II PEMBAHASAN

Pulau Bali atau sering disebut Pulau Dewata adalah salah satu tujuan wisata paling populer di Indonesia bahkan mancanegara Bali juga terkenal dengan wisata pantainya, salah satu pantai yang banyak dikunjungi oleh wisatawan yaitu pantai pura tanah lot. Tanah Lot merupakan sebuah batu karang yang berada di pantai, terletak di Desa Beraban, kecamatan Kediri, Tabanan di barat daya pulau Bali, sekitar 33 km di sebelah barat kota Denpasar atau berjarak sekitar 11 km di sebelah selatan kota Tabanan. Pura Tanah Lot ini merupakan bagian dari Pura Sad Kahyangan, yaitu pura-pura yang merupakan sendi-sendi Pulau Bali. Pura Tanah Lot merupakan pura laut tempat pemujaan dewa-dewa penjaga laut .

A. Waktu dan tempat pelaksanaan

Penelitian ini kami lakukan di Bali mengenai keindahan Tanah Lot, dilaksanakan pada pukul 15.00-16.00 hari sabtu 16 Desember 2017.

B. Laporan Perjalanan

➤ Hari ke-1 (12 Desember 2017)

Perjalanan dari sekolah menuju pelabuhan bakauheni berlangsung dengan ceria, semua siswa menikmati kegiatannya selama dalam perjalanan, keceriaan tergambar jelas karena ini adalah pengalaman pertama kami pergi ke pulau bali dan juga karena kami belum merasakan lelah. Dalam perjalanan sebagian ada yang bernyanyi bersama, bermain dengan ponselnya dan ada pula yang hanya mengisi dengan beristirahat. Sesampai dipelabuhan bakauheni kami naik kapal menuju pelabuhan merak untuk melanjutkan perjalanan kami menuju Jogjakarta.

➤ Hari ke-2 (13 Desember 2017)

Pada pukul 05.00 kami tiba di restoran untuk melakukan ibadah sholat subuh, mandi dan sarapan. Selesai sarapan tepatnya pukul 07.00 kami melanjutkan kunjungan edukasi di **Universitas Islam Indonesia**. Selesai itu kami lanjut ke wisata belanja Malioboro. Dan pada saat ini siswa-siswi

bertebaran untuk tujuan masing-masing, ada yang beli baju dan ada juga yang berfoto-foto sebagai kenang-kenangan.

Pukul 17.00 kami melanjutkan perjalanan menuju Solo karena perjalanan cukup jauh kami diperjalanan tidur. Pukul 19.00-20.00 kami makan malam di restaurant dan setelah makan kami melanjutkan perjalanan untuk check in hotel di Fave Hotel Solo dan setelah check in kami beristirahat.

➤ **Hari ke-3 (14 Desember 2017)**

Pukul 05.00 bangun dari istirahat kami bersih-bersih badan dan melaksanakan ibadah sholat subuh dan membersihkan kamar. Tepat pukul 06.30-07.30 WIB kami turun untuk sarapan dan selesai sarapan kami check out dan meninggalkan hotel karena kami harus melanjutkan perjalanan menuju Malang, selama 5 jam perjalanan tersebut didalam bis ada yang asik mengobrol, ada juga yang karaokean dan ada juga yang asik sendiri dengan kegiatannya.

Pukul 12.00-13.00 WIB kami makan siang dirumah makan dan aholat dzuhur. Setelah itu kami melanjutkan perjalanan lagi pukul 13.00-17.00.

Pukul 17.00-19.00 WIB kami makan malam dan sholat maghrib. Kemudian melanjutkan perjalanan kunjungan wisata di Batu Nightb Spektaculer. Setelah sampai kami masuk kedalam wahana dengan membawa tiket masuk yang telah diberikan oleh petugas nya. Kemudian kami bermain wahana disana. Pukul 22.00-00.00 WIB kami melanjutkan perjalanan menuju Bali.

➤ **Hari ke-4 (15 Desember 2017)**

Pukul 06.30-07.30 WIB kami sarapan pagi dan mandi di Lokal Restaurant di Pelabuhan Ketapang Banyuwangi, setelah selesai kami naik bis untuk menuju ke dermaga setelah itu kami menyebrang ke Gilimanuk Bali sesampai di Bali kami langsung berkunjung kesuatu Madrasah yang berada di Bali yaitu MAN 1 JEMBRANA. Kami diberi penjelasan

tentang berdirinya sekolah tersebut. Setelah itu kami makan siang dan melaksanakan ibadah sholat dzuhur.

Pukul 15.00-16.00 WITA kami berkunjung ke Tanah Lot. Kami bersenang ria dan berfoto-foto tidak terasa waktu sudah cukup sore. kami harus melanjutkan perjalanan sekaligus makan malam. Pukul 19.00-20.00 WITA kami check in hotel di SteenCool Bali untuk beristirahat.

➤ **Hari ke-5 (16 Desember 2017)**

Pukul 06.30 WITA kami sarapan di Restaurant kemudian sesudah makan kami melanjutkan perjalanan menuju Panglipuran Village. Pukul 11.00 WITA kami sampai di Panglipuran Village kami berfoto-foto dan berkeliling. kemudian tak terasa sudah siang lalu pada pukul 12.30 WITA makan siang dan sholat dzuhur.

Pukul 13.00 WITA kami melanjutkan wisata ke Pantai Pandawa kemudian setelah sampai kami langsung turun dan berkeliling disekitar Pantai Pandawa. Pantai Pandawa ini indah, bersih dan mengesankan. kami mengabadikan pemandangan pantai ini dan tulisan besar yang bertuliskan “PANTAI PANDAWA” serta 5 patung pandawa.

Pukul 16.00 WITA perjalanan kali ini semakin seru karena kami berkeinginan melihat sunset nya Pantai Kuta. Diparkiran kami harus menyewa shuttle car untuk sampai di pantai Kuta karena bis tidak dapat masuk kesana karena jalannya terlalu sempit. Tidak apa, karena kami bisa mendapatkan pengalaman baru dan menambah keseruan. disepanjang perjalanan kami melihat keramaian kota disekitar kuta. Ternyata disana sangat ramai bukan hanya orang setempat saja yang berada disana saat liburan tetapi banyak juga turis-turis yang senang berlibur di Pantai Kuta.

Sesampai di Kuta, kami menuju pintu masuk dan disana ada gapura besar yang bertulis “PANTAI KUTA”. Lalu sampai di Pantai Kuta kami melihat keindahan pantai Kuta dengan ombak yang besar. Tetapi kami sedikit kecewa, karena kuta yang sekarang bukanlah kuta yang 10 tahun

yang lalu. Kuta sekarang terlihat tidak bersih banyak sampah berserahan dipinggiran pantai.

Jam 18.00 WITA kami kembali ke parkiran bis menggunakan kendaraan yang sama seperti pergi tadi. Pukul 19.00-20.00 WITA kami makan di Restaurant, kemudian pukul 21.00 WITA kami kembali ke hotel untuk beristirahat karena hari ini begitu melelahkan karena kami terlalu menikmati perjalanan hari ini.

➤ **Hari ke-6 (17 Desember 2017)**

Pukul 08.00-10.00 WITA kami melanjutkan perjalanan menuju sanggar Tari Barong. Tidak menunggu waktu lama kami sampai di sanggar tersebut. Kami langsung masuk ruangan karena cuaca pada hari itu kurang bersahabat. Ketika sudah masuk kami ruangan tersebut langsung mengambil tempat yang susah disediakan disana. Tari Barong ini cukup menghibur kami yang kelelahan. Tarian ini benar-benar cirri khas bali. Pertunjukan tari Barong ini berakhir pada pukul 10.00 WITA.

Pukul 11.00-13.00 WITA kami melanjutkan perjalanan ketempat selanjutnya yaitu Pusat pembelian JOGER. Jaraknya cukup dekat dengan Bedugul membuat kami tak perlu lama untuk tiba disana. Setelah beberapa menit, sampailah kami dipusat pembelian JOGER untuk membeli oleh-oleh.

Di Joger kami diberikan waktu 2jam untuk berbelanja. Kami memilih-milih barang-barang disana tetapi harga barang disana cukup mahal. Jadi, kami membeli barang-barang yang seperlunya saja. Setelah dari Joger kami lanjut perjalanan lagi ke wisata Bedugul. Kami melihat-lihat banyak kera yang ada disepanjang jalan dan saat kami memasuki wilayah singaraja, udara berubah dingin dan jalan mulai berliku-liku. Tibalah kami di Bedugul, kunjungan kali ini kami diberikan waktu 1jam.

Pukul 16.00-19.00 WITA kami melanjutkan perjalanan untuk meninggalkan Bali menuju Jogja. Pukul 19.00-20.00 WITA kami berhenti di restaurant untuk makan malam dan sholat, kemudian kami menyantap

makan malam yang sudah tersedia di restaurant tersebut. Kemudian pukul 20.00-00.00 WITA kami melanjutkan perjalanan.

➤ **Hari ke-7 (18 Desember 2017)**

Pukul 06.00-08.00 WITA kami sarapan di restaurant kami melanjutkan perjalanan, menuju jogja, pada pukul 16.00-17.00 WIB kami mengunjungi wisata belanja oleh-oleh khas bakpia di daerah Gunung Kidul Jogja. Kami melewati Candi Prambanan tetapi tidak berkunjung kesana karena cuaca yang tidak mendukung. Dengan rasa kecewa karena tidak berkunjung ke Candi Prambanan, kami membeli oleh-oleh Bakpia, setelah membeli oleh-oleh kami makan malam dan sholat di restaurant pukul 20.00 melanjutkan perjalanan pulang menuju Lampung.

➤ **Hari ke-8 (19 Desember 2017)**

Pukul 06.00-08.00 WIB sarapan pagi di restaurant, setelah itu melanjutkan perjalanan menuju ke Bakauheni pukul 10.00-13.00 WIB berlayar di selat Sunda, kemudian melanjutkan perjalanan ke Bandar Lampung dan pukul 20.00 WIB sampailah kami di MAN 2 BANDAR LAMPUNG.

C. Objek Wisata

1. Tanah Lot

Adalah sebuah objek wisata di Bali Indonesia, di Bali terdapat dua pura yang terletak di atas batu besar. Pura Tanah Lot ini merupakan bagian dari pura dan kahyangan. Pura Tanah Lot merupakan laut tempat pemujaan dewa-dewa penjaga laut. Dalam perkembangan lebih lanjut kata Pura digunakan di samping kata Kahyangan atau Parhyangan dengan pengertian sebagai tempat suci untuk memuja Hyang Widhi (dengan segala manifestasinya) dan Bhatara atau Dewa Pitara yaitu Roh Leluhur. Kendapun demikian namun kini masih dijumpai kata Pura yang

digunakan untuk menamai suatu kota misalnya Amlapura atau kota asem (bentuk Sansekertanisasi dari Karang Asem).

Meskipun istilah pura sebagai tempat suci berasal dari jaman yang tidak begitu tua, namun tempat pemujaannya sendiri berakar dan mempunyai latar belakang alam pikiran yang berasal dari masa yang amat tua. Pangkalnya adalah Kebudayaan Indonesia asli berupa pemujaan terhadap arwah leluhur disamping juga pemujaan terhadap Kekuatan Alam yang Maha Besar yang telah dikenalnya pada jaman neolithikum, dan berkembang pada periode Megalithikum, sebelum Kebudayaan India datang di Indonesia.

Salah satu tempat pemujaan arwah leluhur pada waktu itu berbentuk punden berundak- undak yang diduga sebagai replika (bentuk tiruan) dari gunung, karena gunung itu dianggap sebagai salah satu tempat dari roh leluhur atau alam arwah. Sistem pemujaan terhadap leluhur tersebut kemudian berkembang bersama-sama dengan berkembangnya kebudayaan Hindu di Indonesia. Perkembangan itu juga mengalami proses akulturasi dan enkulturasi sesuai dengan lingkungan budaya Nusantara.

Kepercayaan terhadap gunung sebagai alam arwah, adalah relevan dengan unsur kebudayaan Hindu yang menganggap gunung (Mahameru) sebagai alam dewata yang melahirkan konsepsi bahwa gunung selain dianggap sebagai alam arwah juga sebagai alam para dewa. Bahkan dalam proses lebih lanjut setelah melalui tingkatan Upac ra keagamaan tertentu (Upac ra penyucian) Roh Leluhr dapat mencapai tempat yang sama dan dipuja bersama – sama dalam satu tempat pemujaan dengan dewa yang lazimnya disebut dengan istilah Atmasiddhadewata. Lebih – lanjut kadang kadang dalam proses itu unsur pemujaan leluhur kelihatan melemah bahkan seolah – olah tampak sebagai terdesak, namun hakekatnya yang essensial bahwa kebudayaan Indonesia asli tetap memegang kepribadiannya yang pada akhirnya unsur pemujaan leluhur tersebut muncul kembali secara menonjol dan kemudian secara pasti tampil dan berkembang bersama – sama dengan unsur pemujaan terhadap dewa

Penampilannya selalu terlihat pada sistem kepercayaan masyarakat Hindu di Bali yang menempatkan secara bersama sama pemujaan roh leluhur sebagai unsur kebudayaan Indonesia asli dengan sistem pemujaan dewa manifestasinya Hyang Widhi sebagai unsur kebudayaan Hindu. Pentrapannya antara lain terlihat pada konsepsi Pura sebagai tempat pemujaan untuk dewa manifestasi Hyang Widhi di samping juga untuk pemujaan roh leluhur yang disebut bhataras. Hal ini memberikan salah satu pengertian bahwa Pura adalah simbol Gunung (Mahameru) tempat pemujaan dewa dan bhataras.

2. Pengelompokan Pura

Dari berbagai jenis pura di Bali dengan pengertian sebagai tempat suci untuk memuja Hyang Widhi / dewa dan bhataras, dapat dikelompokkan berdasarkan fungsinya yaitu :

1. Pura yang berfungsi sebagai tempat suci untuk memuja Hyang Widhi / dewa.
2. Pura yang berfungsi sebagai tempat suci untuk memuja bhataras yaitu roh suci leluhur.

Selain kelompok pura yang mempunyai fungsi seperti tersebut di atas, bukan tidak mungkin terdapat istilah pura yang berfungsi ganda yaitu selain untuk memuja Hyang Widhi /dewa juga untuk memuja bhataras. Hal itu di mungkinkan mengingat adanya kepercayaan bahwa setelah melalui Upac ra penyucian, roh leluhur tesebut telah mencapai tingkatan siddha dewata (telah memasuki alam dewata) dan disebut bhataras. Fungsi pura tersebut dapat diperinci lebih jauh berdasarkan ciri (kekhasan) yang antara lain dapat diketahui atas dasar adanya kelompok masyarakat ke dalam berbagai jenis ikatan seperti : Ikatan sosial, politik, ekonomis, genealogis (garis kelahiran). Ikatan sosial antara lain berdasarkan ikatan wilayah tempat tinggal (teritorial), ikatan pengakuan atas jasa seorang guru suci (Dang Guru) Ikatan Politik antara lain berdasarkan kepentingan Penguasa dalam usaha menyatukan masyarakat dan wilayah kekuasaannya. Ikatan ekonomis antara lain dibedakan atas dasar kepentingan sistem mata

pencarian hidup seperti bertani, nelayan, berdagang, nelayan dan lain – lainnya. Ikatan Geneologis adalah atas dasar garis kelahiran dengan perkembangan lebih lanjut. Menurut legenda, pura ini dibangun oleh seorang brahmana yang mengembara dari Jawa yaitu Danghyang Nirartha yang berhasil menguatkan kepercayaan penduduk Bali akan ajaran Hindu dan membangun Sad Khayang tersebut pada abad ke-16. Pada saat itu, penguasa Tanah Lot yang bernama Bendesa Beraben merasa iri kepadanya karena para pengikutnya mulai pergi untuk mengikuti Danghyang Nirartha. Bendesa Beraben kemudian menyuruh Danghyang Nirartha meninggalkan Tanah Lot. Danghyang Nirartha menyanggupi, tetapi sebelumnya ia dengan kekuatannya memindahkan Bongkahan Batu ke tengah pantai (bukan ke tengah laut) dan membangun pura di sana. Ia juga mengubah selendangnya menjadi ular penjaga pura. Ular ini masih ada sampai sekarang dan secara ilmiah ular ini termasuk jenis ular laut yang mempunyai ciri-ciri berekor pipih seperti ikan, warna hitam berbelang kuning dan mempunyai racun 3 kali lebih kuat dari ular cobra. Akhirnya disebutkan bahwa Bendesa Beraben menjadi pengikut Danghyang Nirartha.

Obyek wisata tanah lot terletak di Desa Beraban Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan, sekitar 13 km barat Tabanan. Disebelah utara pura Tanah lot terdapat sebuah pura yang terletak di atas tebing yang menjorok ke laut. Tebing ini menghubungkan pura dngan daratan dan berbentuk seperti jembatan (melengkung). Tanah lot terkenal sebagai tempat yang indah untuk melihat matahari terbenam. Turis-turis biasa nya ramai pada sore hari untuk melihat keindahan sunset di sini.

Keberadaan Pura di pulau dewata Bali dengan arsitektur yang sangat khas dan lokasinya ditempat yang tidak biasa, menjadikan pura memiliki daya tarik untuk wisatawan saat liburan ke Bali. Pura Tanah Lot terletak di atas batu karang dengan deburan ombak pantai yang menerpa karang dan juga beberapa goa kecil yang didalamnya dihuni beberapa ular berwarna belang putih hitam.

Ada dua hal yang sangat berbeda yg dimiliki oleh objek wisata Tanah Lot. dua keunikan tempat wisata Tanah Lot antara lain :

❖ **keindahan Sunset Tanah Lot**

Salah satu tujuan utama wisatawan datang berlibur ke Bali. karena adanya pemandangan alam yang indah yaitu sunset. untuk bisa menikmati keindahan Pura Tanah Lot dengan pemandangan sunset view yang keren, direkomendasikan mengunjungi Tanah Lot pada senja atau sore hari dengan cuaca yang cerah.

Dari sekitar jam 4 sore sampai jam 7 petang/malam adalah waktu yang terbaik untuk mengunjungi Tanah Lot karena pada jam-jam itu dengan cuaca yang cerah kita bisa menikmati keindahan sunset/matahari terbenam yang spektakular.

Selain itu pengunjung juga bisa berjalan-jalan dan berada dekat dengan batu karang dari areal pura pada saat air laut surut, tetapi sangat berbahaya dan tidak dianjurkan melakukan hal itu pada air laut pasang. Tempat wisata Tanah Lot juga sangat cocok dijadikan sebagai liburan keluarga, dalam kawasan ini juga terdapat fasilitas yang memadai seperti hotel, restoran, sunset teras, Tanah Lot cultural park, toko souvenir, tempat parkir yang luas, fasilitas emergensi, fasilitas keamanan sekuriti (security), toilet, tempat bersantai dan juga pusat informasi.

❖ **Lokasi Pura Tanah Lot di Tengah Laut**

Selain keindahan sunset Tanah Lot, letak dari pura Tanah Lot yang ada di tengah pantai, membuat kesan unik tersendiri. Disaat sore hari, pura Tanah Lot menjadi latar depan pemandangan siluet di kelilingi pemandangan sunset. Pura Tanah Lot Bali terletak di tepi pantai Tanah Lot dan berdiri di atas sebuah batu karang laut yang kokoh dan kuat, disebelah baratnya juga terdapat pura yang disebut Pura Batu Bolong yang juga memiliki pemandangan yang tidak kalah indahnya.

Tempat wisata Tanah Lot Bali pada saat sunset atau matahari terbenam adalah pemandangan yang terbaik dan sangat indah yang bisa

kita nikmati ketika mengunjungi salah satu tempat/objek wisata favorit yang terkenal di Pulau Bali ini dan akan menjadikan liburan di Bali tidak terlupakan dan penuh kesan.



BAB III PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan pada bab sebelumnya dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut :

- Pulau Bali adalah salah satu Pulau di Indonesia yang memiliki keindahan dan keunikan yang hanya dapat ditemukan di Bali.
- Pesona alam serta kebudayaan yang ada di pulau Bali membuat wawasan peserta *Study Tour* akan kebudayaan Nusantara bertambah.
- Objek wisata di Pulau Bali memiliki karakteristik yang menarik perhatian wisatawan domestic maupun mancanegara dan membuat Pulau Bali semakin terkenal serta membuat Bali sebagai salah satu objek wisata Internasional.
- Selain karakteristik Bali yang unik, keramahan masyarakat Bali juga membuat objek wisata disini semakin diminati serta membuat nama Bali menjadi semakin terkenal.
- Sebagai objek wisata Internasional, Bali membuat Indonesia semakin terkenal serta menghasilkan devisa yang besar bagi Indonesia.
- Pesona alam serta kebudayaan yang ada di pulau Bali membuat wawasan peserta *Study Tour* akan kebudayaan Nusantara bertambah, dan membuat kami semakin bangga akan kebudayaan Indonesia yang memiliki filosofi yang sangat tinggi.
- Dalam *Study Tour* ini peserta dapat lebih memahami dan menghormati budaya-budaya yang masih kental yang berada di Indonesia serta dapat mengembangkan rasa persatuan dan kesatuan bangsa tanpa membedakan golongan, ras, suku, adat – istiadat, kebudayaan dan agama.
- Masyarakat Bali sangat menjaga adat istiadat dan kebudayaan mereka, hal ini dibuktikan dengan tradisi di Bali yang sangat kental, dan semua pohon yang di tutup dengan kain hitam putih.

Pulau Bali merupakan salah satu pulau di Indonesia yang memiliki banyak keindahan alam dan kebudayaannya yang khas khususnya budaya seni tari dan seni pahat. Oleh karena itu, banyak wisatawan domestik maupun luar

negeri yang ingin mengunjungi pulau ini. Tujuan mereka datang berkunjung salah satunya adalah untuk melihat dari dekat bagaimana sosok Bali yang sebenarnya dan mempelajari budaya – budaya Bali khususnya seni tari dan seni pahat.

Selain budaya dan panorama alam yang disebutkan di atas ada juga budaya yang tidak kalah menariknya yaitu upacara adat yang dilakukan oleh sebagian besar penduduk Bali yang mayoritas beragama Hindu. Di sana apabila ada orang yang meninggal sering sekali diadakan Upacara Ngaben atau pembakaran mayat. Upacara Ngaben ini dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu secara masal atau secara individual bagi keluarga yang mampu. Kebanyakan dalam pelaksanaan Upacara Adat sering disajikan tarian – tarian khas dari Pulau Bali.

B. Saran

• Bagi sekolah

1. Sekolah diharapkan dapat menganjurkan kepada biro perjalanan agar menyusun jadwal perjalanan dengan cermat, agar peserta *Study Tour* dapat mengikuti *Study Tour* dengan teratur.
2. Sekolah sebaiknya dapat memberi keringanan biaya bagi siswa-siswi yang kurang mampu atau kesulitan biaya untuk mengikuti *Study Tour* sehingga tidak ada siswa-siswi yang tidak bisa mengikuti *Study Tour* karena kendala biaya.
3. Untuk kunjungan tempat wisata hendaknya waktunya diperpanjang, agar para peserta dapat memperoleh banyak informasi sekaligus puas menikmati objek tersebut.

• Bagi guru pendamping

1. Sebaiknya lebih mengawasi, menasehati, dan melarang siswa melakukan tindakan berbahaya sehingga tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti murid tertinggal.
2. Diharapkan lebih mendisiplinkan para murid agar murid lebih dapat membawa diri untuk bersikap dalam bergaul.

3. Lebih memperhatikan kesehatan murid, khususnya keadaan murid yang kurang sehat selama perjalanan.
4. Diharapkan dapat menjadi orang tua dan teman bagi siswa-siswi selama *Study Tour* sehingga dapat lebih akrab.
5. Sebaiknya lebih tegas menindak siswa-siswi yang tidak taat dan mencemarkan nama baik sekolah.
6. Diharapkan lebih sigap menangani kejadian-kejadian di luar dugaan yang bersifat mengganggu program *Study Tour*.

- **Bagi siswa**

1. Siswa diharapkan tidak hanya memanfaatkan *Study Tour* sebagai sarana rekreasi, namun juga sebagai sarana belajar untuk menambah wawasan.
2. Siswa diharapkan tertib dan disiplin agar perjalanan *Study Tour* berjalan lancar.
3. Siswa diharapkan dapat menjaga sikap selama *Study Tour*, serta memperhatikan semua perintah atau peraturan dari *biro tour*, guru pembimbing dan *tour guide* demi keamanan pribadi.
4. Siswa diharapkan dapat menjaga barang-barang berharga dan pribadi masing-masing, agar tidak membebani guru pembimbing.
5. Siswa diharapkan ikut menjaga kebersihan dan kelestarian objek-objek wisata yang dikunjungi.
6. Siswa dianjurkan tidak bepergian seorang diri di objek-objek wisata maupun pada waktu bebas untuk mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan.
7. Selama *Study Tour* siswa diharapkan pandai-pandai menawar barang sebelum membeli, karena harga barang-barang di Bali relatif mahal. Harga barang yang dijual dipatok untuk wisatawan mancanegara.

DAFTAR PUSTAKA

- [http://id.wikipedia.org/wiki/Tanah Lot](http://id.wikipedia.org/wiki/Tanah_Lot)
- <http://alfitoriq.wordpress.com/laporan-karya-wisata-ke-bali/>
- <http://taribarong.com/>
- [http://id.wikipedia.org/wiki/Garuda Wisnu Kencana](http://id.wikipedia.org/wiki/Garuda_Wisnu_Kencana)
- foursquare.com
- Artikel non-personal, 26 Agustus 2009, Tanahlot, Wikipedia Bahasa Indonesia, <http://id.wikipedia.org/wiki/Tanahlot>
- <http://desawisata.web.id/atraksi/83/seni-pertunjukan-tari-barong/?lang=id>



Gambar 1 Pantai Pandawa



Gambar 2 Pantai Kute, Bali



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara guru BK dan peserta didik yang berisi usaha yang laras, untuk yang dilakukan dalam suasana keahlian dan didasarkan atas norma-norma yang berlaku, agar peserta didik memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.¹ Konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah yang dihadapi oleh peserta didik.²

Konseling kelompok itu sendiri merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antar konselor dan konseli, agar konseli bisa memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan

¹ Sukardi, Dewa Ketut, dan Nila Kusmawati, *“Proses Bimbingan Dan Konseling Disekolah”* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h: 38.

² Prayitno dan Erman Amti, *“Dasar-Dasar Bimbingan Konseling”* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h: 105.

tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia efektif perilakunya.³

Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada peserta didik yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Didalam layanan konseling kelompok, dinamika kelompok harus dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan layanan secara efektif.

Menurut Pauline Harrison konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseling yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri dan keterampilan keterampilan dalam mengatasi masalah. Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Juntika Nurihsan yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.⁴

Konseling kelompok yaitu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui data prapenelitian konseling oleh seorang ahli (guru BK) kepada peserta didik yang sedang mengalami suatu masalah yang teratasinya masalah yang dihadapi oleh peserta didik. Menurut Gazda menjelaskan pengertian konseling kelompok

³ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Belakang* (Bandung: Rafika Adiantama, 2007). h. 10

⁴ M. Edi Kurnanto, "*Konseling Kelompok*" (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 7-8.

merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berfikir dan tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan, serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pengertian, penerimaan dan bantuan. Fungsi-fungsi dari terapi itu diciptakan dan dipelihara dalam wadah kelompok kecil melalui sumbangan perorangan dalam anggota kelompok-kelompok adalah individu normal yang mempunyai berbagai masalah yang tidak memerlukan penanganan perubahan kepribadian lebih lanjut.⁵

Dari pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok pada hakikatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya.

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri. Dengan memperhatikan dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling

⁵ *Ibid.* M. Edi Kurnanto, h. 8

kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

Menurut Winkel dan Sri Hastuti Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik.⁶

Dari pendapat tersebut dapat dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada peserta didik yang mengalami masalahmasalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Di dalam layanan konseling kelompok, dinamika kelompok harus dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan secara efektif. Dalam pelaksanaan konseling kelompok terdapat empat tahapan, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

⁶ W. S Winkel and Sri Hastuti, *"Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan"* (Yogyakarta: Media Abadi, 2005), 62.

2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Dengan memperhatikan definisi konseling kelompok sebagaimana telah disebutkan di atas, maka kita dapat mengatakan bahwa konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif : layanan yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu.

Menurut Juntika Nurihsan mengatakan bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan, dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupan sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain.⁷

Apabila konseling menunjukkan layanan kepada individu atau klien, maka konseling kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Dengan satu kali kegiatan, layanan kelompok ini memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Layanan konseling kelompok mendominasi segenap upaya pelayanan bimbingan dan konseling. Dalam layanan kelompok interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu khas, yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan.⁸

3. Teknik Layanan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno dalam Muchlisin Riadi teknik layanan konseling kelompok di bagi menjadi dua yaitu:

a. Teknik Umum (pengembangan dinamika kelompok)

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik tersebut secara garis besar meliputi antara lain :

1. Komunikasi multi arah secara efektif dinamis dan terbuka;

⁷ M.Edi Kurnanto, Op. Cit, h. 9

⁸ Prayitno and Amti, "*Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*" (Jakarta: Rineka Cipta), h. 307"

2. Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi;
 3. Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas anggota kelompok;
 4. Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi, dan pembahasan;
 5. Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki;
- b. Teknik Permainan Kelompok

Dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:

1. Sederhana;
2. Menggembirakan;
3. Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan;
4. Meningkatkan keakraban;
5. Diikuti oleh semua anggota kelompok;⁹

4. Tujuan Konseling Kelompok

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam konseling kelompok, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok, agar terhindar dari masalah dan masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.¹⁰

Menurut Brown Tujuan konseling kelompok mengadakan pertemuan dan apa tujuan serta sasaran yang hendak dicapai. Mengatakan bahwa ketika pemimpin sepenuhnya memahami tujuan dari kelompok, lebih mudah baginya untuk memutuskan hal-hal seperti ukuran, keanggotaan, panjang sesi, dan jumlah sesi dalam kelompok. Tujuan dari kelompok berfungsi sebagai peta bagi pemimpin.

⁹ Muchlisin Riadi, "*Layanan Konseling Kelompok*" (Jakarta: Rake Sarasin, 2008), h. 2.

¹⁰ Wibowo dan Mungin Eddy, "*Konseling Kelompok Perkembangan*" (Semarang: UPT UNNES, 2005), h: 20.

Anggota dan pemimpin harus jelas tentang kedua tujuan umum dan tujuan spesifik setiap sesi kelompok. Selain itu, tujuan kelompok dapat berubah sebagaimana perkembangan yang terjadi pada kelompok. Jika konselor menguasai proses klarifikasi tujuan, berikutnya yang penting dari aspek kepemimpinan kelompok yang efektif adalah perencanaan.¹¹

Sementara itu menurut Winkel, konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan, yaitu :

1. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
2. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
3. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antara pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.
4. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat lebih sensitif juga terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri.
5. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
6. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dan bertindak, dari pada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa.
7. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat di kemudian hari.¹²

¹¹ Prayitno, Erman Amti, Op. Cit, h. 10

¹² *Ibid*, h. 10-11

Dalam suasana kelompok mereka merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi dari pada ketika mereka mengikuti sesi konseling individual. Seorang rekan anggota atau dari konselor yang memimpin kelompok itu dari pada bila mereka berbicara dengan seorang konselor dalam konseling individual.

Dari beberapa pengertian dan pendapat para ahli yang telah dijelaskan, Bimbingan dan Konseling yang merupakan induk dari konseling kelompok memiliki tujuan yang sama yaitu yang berkaitan dengan aspek pribadi-sosial yaitu:

1. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya maupun masyarakat pada umumnya
2. Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain dengan saling menghormati
3. Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan dan yang tidak menyenangkan (musibah), serta mampu meresponnya secara positif
4. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan, baik fisik maupun psikis
5. Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri maupun orang lain
6. Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat

7. Menghormati, menghargai orang lain dan tidak melecehkan martabat atau harga dirinya
8. Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibannya
9. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif
10. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang diwujudkan dalam bentuk persahabatan atau persaudaraan.¹³

5. Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu: (a) asas kerahasiaan (b) asas kesukarelaan (c) asas keterbukaan (d) asas kegiatan (e) asas kenormatifan dan (f) asas kekinian.¹⁴ Lebih lengkap sebagai berikut:

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang lain selain orang-orang yang mengetahui kegiatan konseling kelompok.

b. Asas kesukarelaan

¹³ Andi Thahir, dan Firdaus “Peningkatkan Konsep Diri Positif Peserta Didik Di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)” 4, no. 2 (2017) h: 48.

¹⁴ Prayitno, Erman Amti, Op. Cit, h. 115-116

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, dan tanpa paksaan.

c. Asas keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jikaketerbukaan ini tidak muncul maka akan terjadi keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

d. Asas kegiatan

e. Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

f. Asas kenormatifan dan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilangkannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.

g. Asas kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan

sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, buakan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

Dari uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa: ada 6 asas dalam layanan konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, asas kekinian.

6. Unsur-unsur Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat beberapa unsur agar dalam kegiatan tersebut dapat berjalan secara teratur sehingga kegiatan tersebut juga dengan konseling kelompok. Adapun unsur-unsur yang ada didalam konseling kelompok yaitu:

- a) anggota kelompok, adalah individu normal yang mempunyai masalah dalam rentang penyesuaian yang masih dapat diatasi oleh pemimpin kelompok maupun anggota kelompok yang lainnya.
- b) pemimpin kelompok, adalah seseorang ahli yang memimpin jalannya kegiatan konseling kelompok. Konseling kelompok dipimpin oleh seorang konselor atau psikolog yang profesional dengan latihan khusus bekerja dengan kelompok.
- c) permasalahan yang dihadapi antara anggota konseling kelompok adalah sama.
- d) metode yang dilaksanakan dalam konseling kelompok berpusat pada proses kelompok dan perasaan kelompok.
- e) interaksi antar anggota kelompok sangat penting dan tidak bisa dinomorduakan.

- f) kegiatan konseling kelompok dilaksanakan berdasar pada alam kesadaran masingmasing anggota kelompok dan juga pemimpin kelompok.
- g) menekankan pada perasaan dan kebutuhan anggota.
- h) adanya dinamika kelompok antar anggota kelompok dalam kegiatan konseling kelompok dan
- i) ada unsur bantuan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok.¹⁵

7. Tahap Dalam Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok memiliki beberapa tahapan yang harus ditempuh dalam proses konseling kelompok, tahapan layanan konseling kelompok ada empat sebagai berikut:

- a. Tahap pembentukan kelompok
- b. Tahap pembentukan merupakan tahap awal dalam konseling kelompok dan juga disebut tahap pengenalan, karena di dalam tahap ini di lakukan pengenalan antara sesama anggota kelompok dan pemimpin kelompok, tahap ini sangat penting sebagai dasar pembentukan dinamika kelompok, di dalam tahap ini pemimpin kelompok harus menjelaskan tentang pengertian layanan konseling kelompok, tujuan konseling kelompok, tata cara dalam melaksanakan layanan konseling kelompok, dan asas-asas konseling kelompok.
- c. Tahap peralihan
- d. Pada tahap ini pemimpin kelompok perlu kembali mengalihkan perhatian anggota kelompok tentang kegiatan yang akan di lakukan selanjutnya, di dalam

¹⁵ Muslimin, *"Pengaruh Konseling Kelompok"* (Bandung: Rineka Cipta, 2014), h: 3.

tahap ini pemimpin kelompok menawarkan jenis kelompok dan mengamati apakah anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang terjadi di dalam kelompok dan meningkatkan rasa keikutsertaan anggota kelompok.

e. Tahap kegiatan

f. Tahap ini disebut tahap inti dalam konseling kelompok, dalam tahap ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik, anggota kelompok sudah bisa bertukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian, dan dapat membuka diri dengan baik.

g. Tahap pengakhiran

Dalam tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, dan meminta para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan selanjutnya. Dalam tahap ini pemimpin kelompok tetap mengusahakan suasana hangat, bebas dan terbuka memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan para anggota kelompok, memberikan semangat untuk kegiatan selanjutnya dan mengucapkan terimakasih dengan rasa penuh persahabatan.¹⁶

¹⁶ *Ibid.* h. 18

B. Teknik *Self-Management*

1. Pengertian *Self-Management*

Gunarsa mengungkapkan *Self-management* merupakan salah satu model dalam *cognitive-behavior therapy*. *Self-management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), penguatan yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*).¹⁷

Self-management yang merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan membantu konseli dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik serta merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. *Self-Management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Menurut Sukadji dan Komalasari dalam penerapan teknik self management tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli. Untuk itu diperlukan adanya bantuan konseling dengan teknik *self-management* (pengaturan dan pengelolaan diri) terhadap para remaja tersebut, agar mereka mampu memahami, mengatur dan mengendalikan diri

¹⁷ Nurdjana Alamri, “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah” Jurnal Konseling GUSJIGANG, Vol. 1 No. 1, 2015, h. 3

mereka sendiri, dapat merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif, tidak berperilaku membolos.¹⁸

Sedangkan *Self-management* menurut Yates merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan. Aspek-aspek yang dapat dikelompokkan ke dalam prosedur *self-management* adalah:

- a. *Management by antecedent*: pengontrolan reaksi terhadap sebab-sebab atau pikiran dan perasaan yang memunculkan respon.
- b. *Management by consequence*: pengontrolan reaksi terhadap tujuan perilaku, pikiran, dan perasaan yang ingin dicapai.
- c. *Cognitive techniques*: pengubahan pikiran, perilaku dan perasaan. Dirumuskan dalam cara mengenal, mengeliminasi dan mengganti apa-apa yang terefleksi pada *antecedents dan consequence*.
- d. *Affective techniques*: pengubahan emosi secara langsung.¹⁹

Memajemen diri juga dijelaskan oleh Allah SWT. dalam surah Al-Hasyr ayat 18 dengan firmanya sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan (Q.S Al-Hasyr : 18)

¹⁸ Halimatus Sa'diyah, "Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja" Ilmiah Counsellia, Volume 6 No. 2, 2016, h. 69

¹⁹ Siti Nurzaakiyah dan Nandang Budiman, "Teknik Self-Management Dalam Mereduksi Body Dysmorphic Disorder" 2015, h. 15

Dari penjelasan ayat diatas dapat disimpulkan bahwasanya setiap individu hendaknya memperhatikan segala apa yang diperbuatnya, dan selalu bertaqwa kepada Allah agar setiap perbuatan yang dikerjakan selalu berpegang teguh pada perintah dan larangan Allah. Sesungguhnya Allah maha mengetahui segala apa yang kamu kerjakan.

2. Tujuan *Self-Management*

Adapun tujuan dari teknik *self-management* yaitu:

- a. Memberikan peran yang lebih aktif pada peserta didik dalam proses konseling.
- b. Mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain.
- c. Keterampilan peserta didik dapat bertahan sampai di luar sesi konseling.
- d. Perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.
- e. Menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan.
- f. Peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan

Tujuan dari strategi Pengelolaan Diri (Self Management) ini adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang

menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki.²⁰

3. Anggapan Dasar Teknik *Self-Management*

Anggapan dasar Self management merupakan teknik kognitif behavioral adalah bahwa setiap manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan positif maupun negatif. Setiap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar (pengalaman) dalam merespon berbagai stimulus dari lingkungannya. Namun self management juga menolak pandangan behavioral radikal yang mengatakan bahwa manusia itu sepenuhnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungannya.²¹

Ada beberapa asumsi dasar yang melandasi *self-management* sebagai strategi perubahan dan pengembangan perilaku dalam konseling yaitu:

- a. Pada dasarnya klien memiliki kemampuan untuk mengamati; mencatat; dan menilai pikiran, perasaan, dan tindakannya sendiri. Pada dasarnya
- b. klien memiliki kekuatan dan keterampilan yang dapat dikembangkan untuk menyeleksi faktor-faktor lingkungan.
- c. Pada dasarnya klien memiliki kekuatan untuk memilih perilaku yang dapat menimbulkan rasa senang dan menjauhkan perilaku yang menimbulkan perasaan tidak senang.

²⁰ Dyah Ayu Retnowulan, “Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home” Jurnal BK Unesa. Volume 03 Nomor 01, 2013. h. 336

²¹ Nurdjana Alamri, *Op. Cit.* h. 4

- d. Penyerahan tanggung jawab kepada klien untuk mengubah atau mengembangkan perilaku positifnya amat sesuai dengan kedirian klien karena klienlah yang paling tahu, paling bertanggung jawab, dan dengan demikian paling mungkin untuk mengubah dirinya.
- e. Ikhtiar mengubah atau mengembangkan diri atas dasar inisiatif dan penemuan sendiri, membuat perubahan itu bertahan lama.²²

Asumsi yang dipakai dalam penelitian ini adalah bahwa dalam Konseling kelompok dengan teknik *self-management* akan terjadi proses hubungan antar peserta didik. Diharapkan Konseling kelompok dengan teknik *self-management* dijadikan wahana pemahaman nilai-nilai menjadi positif bagi peserta didik, khususnya perilaku yang negatif menjadi perilaku yang positif dibentuk yang tidak hanya dengan teknik *self-management* namun dengan pendekatan konseling kelompok yang akan lebih optimal, karena terkadang peserta didik dapat mengungkapkan dalam kegiatan kelompok dan para peserta didik tidak merasa terhakimi oleh keadaan sendiri, mereka juga merasa mendapat pembinaan dan informasi menjadi yang positif untuk mengubah perilaku yang kurang baik merupakan masalah yang banyak dialami oleh peserta didik.²³

4. Manfaat Teknik *Self-Management*

Dalam penerapan teknik *self-management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus

²² Siti Nurzaakiyah dan Nandang Budiman, *Op. Cit.* h. 15

²³ Nurdjana Alamri, *Op. Cit.* h. 4

gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli (Hartono dan Soedarmadji).

5. Faktor-faktor Keefektifan Dalam Pelaksanaan Teknik *Self-Management*

Agar pelaksanaan strategi self-management dapat dilaksanakan secara efektif, maka ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, yaitu:

1. adanya kombinasi beberapa strategi konseling di mana beberapa diantaranya berfokus pada *antecedent* dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu;
2. konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu;
3. bukti evaluasi diri sendiri, penentuan sasaran dengan standar tinggi;
4. gunakan *self-management* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu; dan
5. adanya dukungan eksternal/lingkungan (Hartono dan Soedarmadji).

6. Tahapan *Self-Management*

Adapun tahapan-tahapan dalam *self-Management* (Pengelolaan diri) adalah sebagai berikut :

1. *Self-monitoring* merupakan upaya memantau diri, dengan mencatat sendiri tingkah laku tertentu (pikiran, tingkah laku dan tindakan) tentang dirinya dan interaksinya dengan peristiwa lingkungan,
2. *Stimulus control* merupakan rencana sebelum antisedent atau isyarat untuk menambah atau mengurangi tingkah laku, dan

3. *Self-reward* merupakan penghargaan diri baik materiil maupun non materiil, apabila berhasil mencapai tujuan yang diinginkan. Di dalam mengarahkan perubahan tingkah laku digunakan kombinasi ketiganya.²⁴

7. Kelebihan dan Kendala *Self-Management*

Menurut Cormier dalam Faiqotul Isnaini dan Taufik kelebihan strategi “*self-management*” yaitu penggunaan strategi pengelolaan diri dapat meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor atau orang lain, pendekatan yang murah dan praktis, mudah digunakan, dan menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi bermasalah atau tidak.

Kendala pengelolaan diri menurut Fauzan dalam Faiqotul Isnaini dan Taufik adalah: kurangnya motivasi dan komitmen pada individu, target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subjektif terkadang sulit didiskripsikan sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi, lingkungan sekitar dan keadaan diri individu di masa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks. Individu

²⁴ Anike Dian Fitri, “Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self-Management*) Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Pada Peserta didik Kelas X-11 Sman 15 Surabaya” UNESA Journal Mahapeserta didik Bimbingan dan Konseling, Vol 1, No 1, 2013, h. 30

bersifat independen, konselor memaksakan program pada klien, tidak ada dukungan dari lingkungan.²⁵

8. Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management*

Konseling kelompok dengan teknik *self-management* merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana ini dapat menumbuhkan perasaan berarti bagi anggota yang selanjutnya dapat mengubah perilaku yang kurang baik dan mampu berfikir secara jernih.²⁶

9. Peran Konselor dan Konseli

Seperti yang telah kita ketahui, bahwa dalam konseling behavior peran konselor adalah sebagai guru, mentor, fasilitator dan pemberi dukungan kepada konseli dalam mengarahkan konseli untuk mencapai tujuannya. Sebaliknya peran konseli dalam mengikuti teknik *self-management* juga diharapkan harus lebih aktif dalam proses konseling.

²⁵ Faiqotul Isnaini dan Taufik, "*Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*" Penelitian Humaniora, Vol. 16, No. 2, 2015, h. 35

²⁶ Nurdjana Alamri, *Op. Cit.* h. 4

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Perilaku Membolos

Menurut Azwar menyebutkan bahwa perilaku adalah reaksi terhadap stimulus yang bersifat sederhana maupun kompleks yaitu perilaku merupakan reaksi seorang peserta didik terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan.²⁷

Perilaku merupakan hasil interaksi individu dengan individu yang lain ataupun kelompok yang saling mempengaruhi satu sama lain. Perilaku ini meliputi persepsi, sikap dan praktik terhadap keadaan lingkungan baik dari faktor diri maupun luar serta unsur-unsur yang terkait didalamnya. Membolos merupakan perilaku peserta didik tidak masuk sekolah tanpa keterangan izin dari pihak sekolah. Sehingga mengakibatkan perilaku hasil belajar yang salah dan kurang tepat karena perilaku yang timbul berdampak negative untuk individu dan lingkungan sekitarnya.²⁸

Gunarsa menyebutkan bahwa perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah. Pengertian lain menyebutkan bahwa perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak yang tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah usai tanpa izin.

Menurut Hakim perilaku membolos perlu diteliti untuk mendapatkan gambaran yang jelas tentang faktor-faktor penyebab munculnya perilaku membolos tersebut sehingga dapat diambil langkah tindakan yang tepat untuk membantu peserta didik agar dapat berkembang dengan baik dan optimal sesuai dengan tugas perkembangan, serta memperoleh hasil belajar yang optimal yang pada akhirnya.²⁹

²⁷ Azwar dan Syifiudin, "*Sikap Manusia*" (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h: 9.

²⁸ Utari Mayang Sari, A Muri Yusuf, and Alwen Bentri, "*Truancy and Implications in Guidance and Counseling*" 5, no. 3 (2016): 153.

²⁹ Hakim dan Thursan, "*Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*" (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 45.

Perilaku membolos adalah tanggapan atau reaksi individu yang terwujud dalam gerakan meninggalkan pelajaran saat jam pelajaran berlangsung dan tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah (absen).³⁰ Jadi peserta didik keluar dari sekolah sebelum batas waktu yang telah ditentukan oleh pihak sekolah dan mengakibatkan proses pembelajaran terganggu.

Selain menghambat tujuan pendidikan, membolos juga merupakan suatu perilaku yang melanggar norma-norma peserta didik karena peserta didik yang membolos akan cenderung melakukan hal-hal atau perbuatan negatif sehingga akan merugikan sekitarnya. Peserta didik yang membolos tidak dapat bertanggungjawab dalam belajarnya, hal ini akan merusak potensi, bakat, kemampuan, cita-cita, dan masa depan mereka.

Seperti yang dikemukakan Kartono dalam Anggi Indayani, bahwa “perilaku membolos berakibat pada dirinya sendiri dan bagi orang lain”. Hal ini akan menyebabkan peserta didik mengalami kegagalan dalam pelajaran, tidak naik kelas, nilainya jelek, dan kegagalan lain di sekolah.” Sedangkan bagi orang lain, terutama peserta didik sekelasnya, mereka akan terganggu dengan peserta didik yang membolos karena kemungkinan guru akan menegur peserta didik yang membolos pada pertemuan selanjutnya sehingga menyita waktu pelajaran.

³⁰ Mahmudah, “Mengurangi Perilaku Membolos Peserta didik Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavior,” *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling*, no. 10220122 (n.d.): 64.

2. Peserta Didik Yang Membolos

Ada beberapa gejala peserta didik membolos antara lain yaitu:

- a. Berhari-hari tidak masuk sekolah;
- b. Sering keluar pada jam pelajaran tertentu;
- c. Tidak masuk kembali setelah minta izin;
- d. Minta izin keluar dengan berpura-pura sakit;
- e. Tidak masuk kembali setelah meminta izin;³¹

Berbagai gejala tersebut merupakan gejala yang secara umum ditunjukkan oleh sebagian besar peserta didik yang memiliki kebiasaan membolos sekolah. Akan tetapi dalam hal ini antara peserta didik yang satu dengan yang lain menunjukkan gejala yang berbeda atau tidak sama dalam perilaku membolos.

3. Faktor Penyebab Perilaku Membolos

Perilaku membolos pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor, baik itu faktor eksternal maupun internal. Menurut Priyanto dan Erman Amti, penyebab peserta didik membolos dari sekolah yaitu sebagai berikut:

- a. Tak senang dengan sikap dan perilaku guru.
- b. Merasa kurang mendapatkan perhatian guru.
- c. Merasa dibeda-bedakan oleh guru.
- d. Proses belajar mengajar yang membosankan.
- e. Merasa gagal dalam belajar.
- f. Kurang berminat terhadap mata pelajaran.
- g. Terpengaruh oleh teman yang suka membolos.
- h. Takut masuk karena tidak membuat tugas.³²

Perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik pada dasarnya tidak hanya dilatar belakangi faktor sekolah saja tetapi ada faktor lain yang juga

³¹ Prayitno and Erman Amti, *“Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling”* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h: 61.

³² *Ibid*, h: 61

menjadi penyebab perilaku membolos Menurut M.Surya, kebiasaan membolos dapat bersumber dari berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, yaitu sebagai berikut:

1. Secara internal, kebiasaan membolos bersumber dari kondisi di dalam diri peserta didik yang antara lain berkaitan erat dengan faktor kecakapan potensial maupun aktual, kematangan perkembangan, sikap dan kebiasaan, minat, kestabilan emosional, pengalaman, kemandirian, kualitas kepribadian dan sebagainya.
2. Faktor eksternal yang mempengaruhi timbulnya kebiasaan membolos dapat bersumber dari lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan pergaulan sebaya. Faktor keluarga yang menjadi sumber timbulnya kebiasaan membolos, yaitu suasana keluarga yang kurang mendukung, keterbatasan sarana dalam keluarga, kurangnya keharmonisan hubungan dalam keluarga. Lingkungan sekolah yang kurang baik dapat menjadi sumber timbulnya kebiasaan membolos seperti suasana kelas kurang menyenangkan, sikap guru yang kurang baik, hubungan antar peserta didik yang kurang baik, lingkungan sekolah yang kurang baik, materi pelajaran yang kurang menarik.³³

4. Jenis Perilaku Membolos dan Dampak Negatifnya

Dorothy H. Kalter dalam Kartini Kartono, menjelaskan bahwa terdapat dua jenis perilaku membolos, yaitu:

³³ Mohamad Surya, *Op cit*, h: 57

- a. Anak absen di sekolah tanpa sebab yang sah dan tanpa izin orang tua atau pimpinan sekolah. Mereka pergi sesuka hati tanpa terlihat orang tua, tetangga atau guru dan kepala sekolah. Mereka mungkin meninggalkan pelajaran pada jam kosong sambil mengeluh bahwa mereka “merasa tidak enak badan” atau bahwa orang tua menyuruh mereka pulang cepat. Karena adanya kemungkinan bahwa orang tua menyuruh mereka pulang cepat. Karena adanya kemungkinan bahwa orang tua akan diberitahu bila seorang anak meninggalkan sekolah pada waktu jam sekolah, maka si pembolos biasanya tidak masuk sekolah sepanjang hari.
- b. Seorang anak meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan dan seizin orang tua. Ini seringkali terjadi dengan anak yang berasal dari kelompok social ekonomi rendah, yang orang tuanya hanya sedikit menghargai pendidikan atau yang ingin anaknya membantu di rumah atau meninggalkan sekolah untuk sesegera mungkin mencari pekerjaan. Sebagai besar anak putus sekolah berasal dari kelompok ini.³⁴

Menurut Kartini Kartono, perilaku membolos yang dilakukan peserta didik dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu:

1. Membolos satu jenis mata pelajaran atau beberapa mata pelajaran. Perilaku membolos dilakukan oleh peserta didik dengan berbagai macam alasan, antarlain: malas, belum membuat tugas atau pelajarannya.
2. Membolos seharian, membolos ini adalah jenis perilaku tidak masuk sekolah tanpa alasan yang dapat diterima atau tanpa ada kejelasan.³⁵

Berdasarkan beberapa perilaku membolos di atas, apabila tidak segera di atasi maka dapat menimbulkan banyak dampak negatif. Supriyo menyatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman yang senasib dan membutuhkan kelompok/group yang menjurus ke hal-hal yang negatif.³⁶

³⁴ Kartini Kartono, “*Bimbingan Bagi Anak Dan Remaja Yang Bermasalah*” (Jakarta: Rajawali, 2005), h: 79.

³⁵ *Ibid*, h: 80

³⁶ Azar, Syifiudin, Op. Cit. h: 12

Menurut Prayitno menjelaskan bahwa perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif anatar lain yaitu:

- a. Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang.
- b. Gagal dalam ujian.
- c. Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki.
- d. Tidak naik kelas.
- e. Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya.
- f. Dikeluarkan dari sekolah.³⁷

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga dapat membawa dampak yang lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, mulai dari pencandu narkoba, kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.

D. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu:

1. Penelitian relevan oleh Amaliyah dan Hamzah. 2018 “Layanan Konseling Kelompok Menggunakan teknik *Self-Management* Untuk Mereduksi Perilaku Peserta didik Membolos Di Smpn 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018”
Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di pada penelitian ini dapat diketahui bahwa layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-*

³⁷ Mahmudah, Op. Cit. h: 62

management dapat mereduksi perilaku peserta didik membolos di SMPN 29 Banjarmasin.³⁸

2. Anggi Indayani, yang Meneliti Tentang “Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Positive Untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos”. Jenis penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan konseling (Action Research In Counseling) yang dilakukan dalam dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Subjek dalam penelitian adalah peserta didik kelas X.1 SMA Negeri 1 Sawan yang berjumlah 3 orang peserta didik dari 27 orang peserta didik yang menunjukkan perilaku membolos tinggi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah pencatatan dokumen dari daftar hadir di kelas, wawancara dengan wali kelas dan guru bidang studi serta observasi di dalam maupun di luar kelas. Data dianalisis dengan analisis deskriptif.³⁹

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan perilaku membolos sesudah diberikan tindakan. Penurunan perilaku membolos peserta didik dipantau dari perubahan kehadiran di sekolah sangat meningkat yang didukung dari daftar hadir di kelas yaitu dari jumlah membolos 3x menjadi 1x, jumlah membolos 4x menjadi 1x dan jumlah membolos 5x menjadi 3x pada siklus I dan terjadi penurunan yang sangat signifikan dari ketiga konseli pada siklus II. Dari hasil observasi dan keterangan dari teman, wali kelas, dan

³⁸ Amaliyah, Hamzah, And Farizal, “Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Peserta didik Membolos Di Smpn 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018” 4 (2018): 1–7.

guru bidang studi menyatakan bahwa konseli sudah banyak menunjukkan perubahan perilaku ke arah positif. Ini membuktikan bahwa konseling behavioral dengan teknik penguatan positif efektif untuk meminimalisasi perilaku membolos.⁴⁰

3. Faiqotul Isnaini dan Taufik, 2015. Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. Lokasi penelitian bertempat di SMP Negeri “X” di Margoyoso Kabupaten Pati. Penelitian eksperimen ini menggunakan rancangan The Solomon Three-Group Design. Ada 3 kelompok yang diamati, yaitu kelompok eksperimen, kelompok kontrol 1 dan kelompok kontrol 2. Jumlah subjek penelitian 18 peserta didik dibagi masing-masing 6 orang dalam kelompok dengan karakteristik subjek penelitian kelas VIII dan berjenis kelamin laki-laki semua. Pengumpulan data dilakukan dengan skala kedisiplinan belajar dan dokumentasi.

Hipotesis ada perbedaan pengaruh kedisiplinan belajar antara sebelum dan sesudah penggunaan strategi *self-management*. Intervensi yang diberikan adalah konseling kelompok dengan strategi *self-management* selama 5 kali pertemuan. Simpulan yang diperoleh ada pengaruh kedisiplinan belajar antara sebelum dan sesudah konseling kelompok dengan strategi pengelolaan diri pada ketiga kelompok terlihat dari hasil asymp. sig sebesar 0,001. Artinya,

⁴⁰ Anggi Indayani, Gede Sedanayasa, and Ni Nengah Madri Antari, “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya Untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Peserta didik Kelas X.1 Sma Negeri 1 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014,” *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 2, no. 1 (2014).

konseling kelompok dengan strategi selfmanagement(pengelolaan diri) efektif untuk meningkatkan kedisiplinan belajar.⁴¹

E. Kerangka Berfikir

Pada penelitian ini, yang menjadi obyek penelitian yakni perilaku membolos peserta didik di MAN 2 Bandar Lampung. Membolos adalah tanggapan atau reaksi individu yang terwujud dalam gerakan meninggalkan pelajaran saat jam pelajaran berlangsung dan tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah (absen). Jadi peserta didik keluar dari sekolah sebelum batas waktu yang telah ditentukan oleh pihak sekolah dan mengakibatkan proses pembelajaran terganggu. Teknik yang digunakan dalam upaya mengatasi perilaku membolos yakni konseling kelompok menggunakan teknik *Self-Management*, proses konseling yang diberikan oleh konselor kepada peserta didik dengan menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku, dalam hal pencegahan masalah yang dihadapi serta dalam penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh peserta didik. Sedangkan *Self-Management* adalah stimulus yang menjadi konsekuensi tingkah laku manusia. Oleh karena itu, dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *Self-Management* ini diharapkan mampu membantu dalam mereduksi perilaku membolos terhadap peserta didik.

⁴¹ Faiqotul Isnaini et al., "Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar," *Jurnal Penelitian Humaniora* 16 No 2 (2015): 33–42.

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang diajukan peneliti berkenaan dengan rumusan masalah yang dibuatnya. Kajian tersebut didapat berdasarkan kajian teori yang dilakukan peneliti. Dalam PTK hipotesis tersebut disebut hipotesis tindakan.⁴²

Berdasarkan pengertian tersebut Hipotesis Tindakan dalam penelitian ini adalah Implementasi konseling kelompok menggunakan teknik *Self-management* dapat mereduksi perilaku membolos terhadap peserta didik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung

⁴² Dede Rahmat dan Aip Badrujaman, “*Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling*”, (Jakarta, PT Indeks 2012), h. 35

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya.¹ Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas dalam bahasa Inggris disebut dengan istilah *classroom action research*. Dari nama tersebut terkandung tiga kata yakni :²

1. Penelitian : menunjukkan pada suatu kegiatan mencermati suatu obyek dengan cara menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti.
2. Tindakan : menunjukkan pada suatu obyek kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu. Dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan untuk siswa.

¹ Suharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian" (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h: 136.

² Suharsimi Arikunto, Suhardjono, and Supardi, "Penelitian Tindakan Kelas" (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2007), h: 2-3.

3. Kelas : dalam hal ini tidak terikat pada pengertian ruang kelas, tetapi dalam pengertian yang lebih spesifik, yakni sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama, menerima pelajaran yang sama dari guru yang sama pula. Sehingga dengan menggabungkan ketiga kata tersebut menjadi, Penelitian Tindakan Kelas. Dapat disimpulkan bahwa Penelitian Tindakan Kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh siswa.³

Penelitian Tindakan Kelas merupakan ragam penelitian pembelajaran yang berkonteks kelas yang dilaksanakan oleh guru untuk memecahkan masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran dan mencoba hal-hal baru dalam pembelajaran demi peningkatan mutu dan hasil pembelajaran. PTK mempunyai karakteristik tersendiri yang membedakan dengan penelitian yang lain, diantaranya yaitu : masalah yang diangkat adalah masalah yang dihadapi oleh guru dikelas dan adanya tertentu untuk memperbaiki proses belajar mengajar dikelas.⁴

Penelitian Tindakan Kelas termasuk penelitian kualitatif meskipun data yang dikumpulkan bisa saja kuantitatif, dimana uraiannya bersifat deskriptif dalam

³ Ibid, h: 3

⁴ Ibid, h: 109

bentuk kata-kata, peneliti merupakan instrument pertama dalam pengumpulan data, proses sama pentingnya dengan produk.⁵

Pada bab ini dibahas tentang metodologi penelitian dan langkah-langkah penelitian secara aplikatif, yang meliputi: (1) rancangan dan jenis penelitian, (2) data dan sumber data, (3) pengumpulan data, (4) analisis data, (5) instrumen penelitian, dan (6) prosedur penelitian.

1. Rancangan dan Jenis Penelitian

Menurut Sukidin dalam Darsono dkk, dalam Manajemen Penelitian Tindakan Kelas menjelaskan bahwa “seorang peneliti bukan sebagai penonton tentang apa yang dilakukan guru terhadap muridnya, tetapi bekerja secara kolaboratif dengan guru mencari solusi terbaik terhadap masalah yang dihadapi. Selain itu dalam penelitian tindakan kelas dimungkinkan siswa secara aktif berperan serta dalam melaksanakan tindakan.”⁶ Sejalan dengan pernyataan tersebut, maka jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang bersifat kolaboratif. Peneliti berkolaborasi dengan guru dalam merencanakan, mengidentifikasi, mengobservasi, dan melaksanakan tindakan yang telah dirancang.

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan rancangan penelitian model Hopkins yang diawali dengan tindakan pendahuluan kemudian dilanjutkan

⁵ Kunandar, “Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru” (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), h: 46.

⁶ Sukidin, Basrowi, and Suranto, “Manajemen Penelitian Tindakan Kelas” (Surabaya: Percetakan Insan cendekia, 2002), h: 59.

perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian dilakukan sebanyak 2 siklus. Hasil evaluasi pada siklus I masih belum tuntas, sehingga dilakukan perbaikan pada siklus II. Refleksi siklus I dilakukan untuk menentukan langkah-langkah perbaikan pada siklus II.

B. Subjek penelitian, Tempat, dan Waktu Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan peserta didik kelas XI IIS 4 MAN 2 Bandar Lampung, dari hasil pra penelitian terdapat 7 peserta didik yang membolos sekolah.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini bertempat di MAN 2 Bandar Lampung yang beralamatkan di Jalan Gatot Subroto No.30, Pecoh Raya, Tlk. Betung Sel, Kota Bandar Lampung, Lampung.

3. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada tahun pelajaran 2018/2019.

Untuk pembagian waktu dapat dilihat sebagai berikut :

- a. Peneliti melakukan persiapan dengan menyusun tahap awal.
- b. Kemudian peneliti menghimpun data sebagai bahan analisis untuk pelaksanaan bimbingan dan konseling.

C. Variabel yang diselidiki

Dalam pelaksanaan tindakan kelas ini variabel-variabel yang akan diselidiki adalah sebagai berikut :

- a) Variabel input : Siswa kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung
- b) Variabel proses : Menggunakan Konseling Kelompok menggunakan teknik *Self-management*
- c) Variabel output : Mereduksi Perilaku Membolos

D. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan rancangan penelitian model Hopkins yang diawali dengan tindakan pendahuluan, kemudian dilanjutkan perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak II siklus dengan dua kali pertemuan dan satu kali *follow up* dalam satu siklus. Jika hasil evaluasi pada siklus I masih belum maksimal, maka dilakukan perbaikan pada siklus II. Refleksi dilakukan pada siklus I untuk menentukan langkah-langkah perbaikan pada siklus II. Tahap-tahap penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut.

a. Pendahuluan

Tindakan pendahuluan yang dilakukan sebelum pelaksanaan siklus, meliputi:

1. meminta izin kepada kepala sekolah untuk mengadakan penelitian di
MAN 2 Bandar Lampung

2. mengadakan wawancara dengan guru BK dan wali kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung mengenai perilaku membolos terhadap peserta didik.
3. melakukan observasi, dan
4. menentukan jadwal penelitian,

Seluruh data yang diperoleh dari tindakan pendahuluan digunakan untuk mempersiapkan siklus selanjutnya.

b. Pelaksanaan Siklus

Siklus I

- 1) Perencanaan, kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan meliputi:
 - a. menyusun rencana tindakan (layanan bimbingan dan konseling).
 - b. menyusun materi untuk tema yang akan dibahas.
 - c. menyusun pedoman observasi
2. Tindakan, kegiatan yang dilakukan pada tahap tindakan meliputi:
 - a. Dalam PTBK, tahap tindakan kegiatan merupakan penerapan atau mengimplementasikan rencana yang telah disusun pada tahap perencanaan.⁷
3. Observasi, kegiatan yang dilakukan pada tahap observasi meliputi:
 - a. Pada tahap ini pengamatan dilakukan sebagai upaya terhadap dampak atas tindakan yang telah dilaksanakan.

⁷ Dede Rahmat Hidayat and Aip Badrujaman, "*Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan Konseling*" (Jakarta: PT Indeks, 2012).

- b. Data yang terkumpul dapat bersifat kualitatif maupun kuantitatif sesuai dengan indikator dari masalah yang telah ditetapkan.
 - c. Pada tahap selanjutnya melakukan pengamatan, wawancara, serta dengan cara lain menyesuaikan dengan data yang dibutuhkan.
4. Refleksi, tahap ini merupakan tahap terakhir dalam satu siklus sebelum melaksanakan tindakan siklus 2 dan seterusnya, yang merupakan tahap evaluasi diantaranya:
- a. Evaluasi tentang perubahan yang terjadi atau hasil yang diperoleh atas data yang terhimpun sebagai bentuk dampak tindakan yang telah dirancang. Berdasarkan langkah ini akan dapat diketahui perubahan yang terjadi.
 - b. Pada kegiatan refleksi perlu ditelaah aspek-aspek mengapa, bagaimana, dan sejauh mana tindakan yang ditetapkan mampu mencapai perubahan atau mengatasi masalah secara signifikan.⁸

Tahap selanjutnya kemudian ada revisi (perencanaan ulang tindakan bimbingan dan konseling). Revisi ini pada dasarnya merencanakan kegiatan siklus berikutnya. Hal ini dilakukan dengan mengacu pada hasil refleksi terhadap tindakan yang telah dilakukan pada siklus terdahulu. Revisi dilakukan jika ternyata tindakan yang dilakukan belum berhasil memperbaiki praktik atau memecahkan masalah yang menjadi keresauan guru pembimbing atau konselor sekolah.

⁸ *Ibid*, Rahmat Hidayat and Badrujaman. h.

Dalam penerapannya, setiap tahap kegiatan pada siklus PTBK dapat terdiri atas atau didahului oleh beberapa langkah kegiatan. Namun secara operasional, prosedur perencanaan dan pelaksanaan penelitian tindakan ditempuh dengan empat langkah utama, yaitu: (1) mengidentifikasi masalah, (2) menganalisis dan merumuskan masalah, (3) merencanakan penelitian tindakan, dan (4) melaksanakan penelitian tindakan. Dalam penelitian tindakan bimbingan dan konseling, keempat langkah tersebut diuraikan sebagai berikut.

1) Identifikasi masalah

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling bertolak dari keresahan yang dirasakan oleh Guru Pembimbing atau Konselor Sekolah tentang praktik pelayanan bimbingan dan konseling kepada konseli. Apa yang terjadi ketika Guru melaksanakan praktik pelayanan bimbingan dan konseling ? Pertanyaan ini merupakan langkah awal atau Refleksi awal dalam suatu proses penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Dari pertanyaan tersebut kemudian berlanjut pada pertanyaan berikut: Masalah apa yang ditimbulkan oleh kejadian itu? Apa pengaruh masalah tersebut terhadap konseli atau kelas (kelompok konseli)? Apa yang akan terjadi jika masalah tersebut dibiarkan ? Apa yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah atau kejadian tersebut ?

Proses identifikasi masalah atau refleksi awal penelitian tindakan difokuskan pada proses pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan bidang layanannya. Identifikasi dapat difokuskan pada empat pilar layanan bimbingan dan konseling, yaitu meliputi program:

- a) pelayanan dasar, mencakup bimbingan klasikal, pelayanan orientasi, pelayanan informasi, bimbingan kelompok, dan pelayanan pengumpulan data (apliaksi instrumentasi).
- b) Pelayanan responsif, mencakup konseling individual dan kelompok, referral (rujukan atau alih tangan), kolaborasi dengan guru mata pelajaran atau wali kelas, kolaborasi dengan orang tua, kolaborasi dengan pihak-pihak lain di luar sekolah, konsultasi, bimbingan teman sebaya, konferensi kasus, dan kunjungan rumah.
- c) Perencanaan individual, di sini konselor membantu peserta didik menganalisis kelebihan dan kekurangan dirinya berdasarkan data atau informasi yang diperoleh, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar maupun karir. Konseli menggunakan informasi tentang pribadi, sosial, pendidikan dan karir yang diperolehnya untuk: (1) merumuskan tujuan, dan merencanakan kegiatan (alternative kegiatan) yang menunjang pengembangan dirinya, atau kegiatan yang berfungsi untuk memperbaiki kelemahan dirinya, (2) melakukan kegiatan yang sesuai dengan tujuan atau perencanaan yang telah ditetapkan, dan (3) mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukannya.
- d) Dukungan sistem, mencakup pengembangan profesi dan manajemen program⁹

⁹ *Ibid*, Rahmat Hidayat and Badrujaman, h.

2) Analisis dan perumusan masalah

Masalah yang teridentifikasi selanjutnya dianalisis, sehingga dapat dirumuskan masalah penelitian tindakan bimbingan secara jelas. Agar analisis tepat perlu didukung oleh data atau informasi yang memadai, sehingga guru pembimbing atau konselor sekolah perlu mengkaji ulang berbagai dokumen yang ada. Proses analisis masalah ini sebenarnya masih kelanjutan dari kegiatan refleksi, yang lebih difokuskan pada menemukan faktor penyebab dan kemungkinan upaya/tindakan/pelayanan bimbingan dan konseling yang dapat diterapkan untuk mengatasinya.

Berdasarkan hasil analisis masalah tersebut, kemudian dirumuskan masalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling dalam bentuk pernyataan atau (seringkali) pertanyaan.

3) Merencanakan penelitian (perbaikan) tindakan

Rencana penelitian tindakan bimbingan dan konseling disebut juga rencana perbaikan pelayanan bimbingan dan konseling. Rencana perbaikan yang akan dilakukan sebaiknya dirumuskan dalam bentuk hipotesis tindakan. Hipotesis ini menggambarkan bahwa tindakan (perbaikan) pelayanan bimbingan dan konseling yang dipilih tersebut dapat memperbaiki/mengatasi permasalahan yang dihadapi. Tindakan (perbaikan) yang dipilih dapat berupa strategi, pendekatan, metode atau teknik-teknik dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Cara perbaikan atau tindakan pelayanan bimbingan dan konseling tersebut dikembangkan sesuai dengan konsep teoretis yang

mendasarinya, kemampuan dan komitmen guru pembimbing atau konselor sekolah, karakteristik konseli, sarana dan prasarana sebagai media pelayanan yang tersedia, dan nuansa pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut.

4) Melaksanakan penelitian tindakan

Pelaksanaan tindakan (perbaikan) dimulai dengan mempersiapkan rencana pelayanan dan skenario tindakan/pelayanan bimbingan dan konseling, serta menyiapkan kelengkapan pendukung yang dapat mempermudah pelaksanaan, perekaman/pengamatan proses maupun hasil, dan pelaporannya.¹⁰

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

1. Observasi (pengamatan)

Observasi adalah adanya suatu perbuatan yang tampak dan adanya tujuan yang ingin dicapai. perbuatan yang tampak yaitu perbuatan yang dapat dilihat langsung oleh idra penglihatan, dapat didengar, dapat dihitung, dan dapat diukur. Karena mensyaratkan perilaku yang tampak, potensi perbuatan seperti sikap dan minat yang masih dalam bentuk kognisi, afeksi, atau intensi atau kecenderungan tertentu. Pengamatan yang tanpa tujuan bukan merupakan observasi. Pada dasarnya, tujuan dari observasi adalah untuk menjelaskan lingkungan (site) yang diamati, aktifitas-aktifitas yang berlangsung, individu-

¹⁰ *Ibdi*, Rahmat Hidayat and Badrujaman, h.

individu yang terlibat dalam lingkungan tersebut beserta aktifitas dan perilaku yang dimunculkan, serta makna kejadian berdasarkan perspektif individu yang terlibat tersebut.¹¹

Dalam hal ini peneliti mengobservasi peserta didik kelas XI IIS 4 MAN 2 Bandar Lampung yang terindikasi memiliki perilaku membolos dengan melakukan pendekatan melalui layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* terhadap peserta didik yang bersangkutan.

2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu orang yang mewawancarai (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan orang yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut.¹² Dalam hal ini peneliti mewawancarai pihak-pihak yang berkaitan dengan peserta didik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung yang terindikasi memiliki perilaku membolos, diantaranya adalah guru BK, wali kelas, teman sebaya.

3. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu salah satu metode pengumpulan data yang bersifat kualitatif dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat

¹¹ Haris Herdiansyah, "Metodologi Penelitian Kualitatif" (Jakarta: Selemba Humanika, 2011), h: 131-132.

¹² Lexy J. Moeloeng, "Metodologi Penelitian Kualitatif" (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), h: 186.

oleh subjek sendiri atau orang lain tentang subjek. Metode dokumentasi merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan peneliti untuk mendapatkan gambaran dari sudut pandang subjek melalui suatu media tertulis dan dokumen lainnya yang tertulis atau dibuat langsung oleh subyek yang bersangkutan.

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar, patung, film dan lain-lain. Metode dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian.¹³ Dalam hal ini peneliti mengambil dokumentasi peserta didik yang terindikasi membolos dari buku catatan kasus kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung yang dimiliki oleh guru bk.

F. Analisis Data

Data hasil penelitian yang telah dikumpulkan sepenuhnya dianalisis secara deskriptip. Analisis data dilakukan setiap saat pengumpulan data di lapangan secara berkesinambungan. Diawali dengan proses klarifikasi data agar tercapai konsistensi, dilanjutkan dengan langkah abstraksi-abstraksi teoritis terhadap informasi lapangan, dengan mempertimbngkan menghasilkan pernyataan-

¹³ Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*" (Bandung: Alfabeta, 2011). h :240.

pernyataan yang sangat memungkinkan dianggap mendasar dan universal. Gambaran dan informasi tentang peristiwa atas obyek yang dikaji tetap mempertimbangkan derajat koherensi internal, masuk akal, dan berhubungan dengan peristiwa faka dan realistis.¹⁴

Analisis data dilakukan setelah memperoleh data dari hasil proses pengumpulan data. Karakter penelitian ini adalah PTBK, oleh sebab itu, dalam menganalisis data menggunakan deskriptif yaitu untuk melakukan analisis maka perlu untuk mengumpulkan data terlebih dahulu dan mengolahnya. Analisa dapat dilakukan untuk mengetahui tentang proses yaitu dengan melihat perubahan pada perilaku pesertadidik, apabila peserta didik sudah mengurangi dan tidak melakukan perilaku membolos maka penelitian dianggap telah berhasil.¹⁵

G. Target Ketercapaian

Target ketercapaian PTBK didasarkan kepada ketentuan sebagai berikut:

1. Perilaku Membolos terhadap peserta didik dikategorikan berhasil sangat baik (75%) Jika setengah lebih dari satu peserta didik yang membolos tidak lagi membolos.
2. Perilaku Membolos terhadap peserta didik dikategorikan berhasil dengan baik (70%) Jika setengah dari peserta didik yang membolos tidak lagi membolos.

¹⁴ Burhan Bungin, "*Metodologi Penelitian Kualitatif*" (Jakarta: Raja Grafindo, 2001).h.106

¹⁵ Ibid Bungin, h. 108

3. Perilaku Membolos terhadap peserta didik dikategorikan berhasil dengan sedang (65%) Jika terdapat pengurangan membolos setengah lebih dari satu dari peserta didik yang membolos.
4. Perilaku Membolos terhadap peserta didik dikategorikan berhasil dengan kurang (60%) Jika terdapat pengurangan membolos setengah dari peserta didik yang membolos.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. PROFIL SEKOLAH

1. Sejarah MAN 2 Bandar Lampung

Madrasa Aliyah Negeri (MAN) 2 Tanjungkarang, berdiri pada tanggal 25 April 1990. Merupakan alih fungsi dari Pendidikan Guru Agama Negeri (PGA N) Tanjungkarang berdasarkan Keputusan Menteri Agama RI No. 64 tahun 1990 tentang: Alih fungsi Pendidikan Guru Agama Negeri (PGAN) menjadi Madrasah Aliyah Negeri (MAN), tertanggal 25 April 1990. MAN 2 Tanjungkarang menerima pesertadidik baru angkatan pertama pada periode Tahun Ajaran 1990/1991.

PGAN 6 Tahun Tanjungkarang, di Lampung mulai beroperasi tahun 1965, berlokasi di Pahoman (PGA Lama/-MTsN 1 Tanjungkarang - sekarang). Mengikuti kebijakan pemerintah pada masa itu PGA N 6 tahun dipindah ke daerah Garuntang Jl. Gatot Subroto no. 30 Bandarlampung pada tahun 1971 (proses pembangunan gedung RKB dll.sekitar tahun 1969-1970). Dan sejak TP. 1971/1972 pesertadidik / siswi PGAN 6 tahun belajar dialamat tersebut. Dalam perjalanan prosesnya sesuai kebijakkan pemerintah maka pada Tahun Pelajaran 1977/1978, PGAN 6 tahun, berubah menjadi MTS N 2 Tanjungkarang (untuk

pesertadidik kelas 1-3) dan sebagai pesertadidik/i PGA N Tanjungkarang, bukan PGAN 6 tahun lagi - dan untuk pesertadidik / siswi kelas 4-6 menjadi pesertadidik-siswi PGAN, sesuai Keputusan Menteri Agama RI no. 17 tahun 1978 tanggal 16 Maret 1978 tentang Restrukturisasi Sekolah Madrasah di lingkungan Departemen Agama. Pendidikan Guru Agama Negeri (PGAN) yang kemudian beralih fungsi menjadi MAN 2 Tanjungkarang dan perubahan terakhir berdasarkan KMA Nomor 157 tanggal 17 September 2014 menjadi; MAN 2 Bandar Lampung.

2. Visi Dan Misi MAN 2 Bandar Lampung

a. VISI

Sebagai Lembaga Pendidikan Islam yang Unggul dan Berkualitas di Provinsi Lampung.

b. MISI

- 1) Meningkatkan budaya Madrasah sebagai pusat pendidikan Islam.
- 2) Meningkatkan pemberdayaan guru dan semua komponen madrasah sebagai pemeran utama dalam menjadikan Madrasah sebagai pusat pendidikan berbasis Islami;
- 3) Mengoptimalkan karakter kepribadian pesertadidik yang unggul dalam penerapan Imtaq dan Iptek.
- 4) Menyelenggarakan Manajemen Berbasis Madrasah (MBM) secara mandiri

3. Letak Geografis

MAN 2 Bandar Lampung memiliki lokasi yang sangat strategis di jantung Kota Bandar Lampung, berada di Jalan Gatot Subroto no. 30 Bandar Lampung, terletak kurang lebih 3,4 km dari tugu adipura/bundaran gajah sebagai titik nol Kota Bandar Lampung, sehingga memiliki akses yang mudah dan dilewati angkutan umum.

Transportasi dapat dengan mudah diakses melalui depan pintu gerbang MAN 2 Bandar Lampung, dengan jurusan Tanjung Karang, Panjang, Garuntang. Selain itu MAN 2 Bandar Lampung terletak tidak jauh dari tempat-tempat umum, seperti GOR dan Lapangan Saburai Bandar Lampung, Stadion Pahoman.¹

B. Hasil penelitian

Data awal pesertadidik kelas XI IIS 4 MAN 2 Bandar Lampung yang peneliti dapatkan dari hasil wawancara guru BK MAN 2 Bandar Lampung dan catatan kasus, terdapat tujuh pesertadidik yang membolos hal ini dapat dilihat dalam buku catatan kasus pesertadidik, maka peneliti melakukan penelitian tindakan menggunakan layanan konseling kelompok terhadap pesertadidik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung yang membolos menggunakan teknik *Self-management*, penelitian ini dibagi menjadi dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, masing-masing siklus terdiri dari 2 kali pertemuan dan 1 kali dilakukan dengan *follow up* adapun rinciannya sebagai berikut:

¹ Data Keserketariatan MAN 2 Bandar Lampung

1. Siklus I

a. Tahap perencanaan

Dalam Penelitian tindakan ini peneliti melakukan kolaborasi dengan guru BK guna merancang langkah-langkah kegiatan konseling, adapun bentuk langkah yang disepakati oleh peneliti dan guru BK adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* terdiri dari waktu, tempat, pesertadidik yang dijadikan objek penelitian.
- 2) Menentukan jumlah siklus, yaitu dua siklus dengan satu siklus yang terdiri dari dua kali pertemuan.
- 3) Menyiapkan RPL beserta materi/topik bahasan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok sesuai dengan aspek.
- 4) Menyiapkan lembar penilaian segera

b. Tindakan

Pada tahap pelaksanaan tindakan ini, peneliti dan kolaborator sepakat untuk menerapkan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management*, peneliti melakukan pengamatan terhadap pesertadidik yang membolos pada tahap tindakan.

1) Pertemuan ke I

Senin 24 september 2018

a) Tahap awal persiapan:

- (1) Mendahulukan dengan mengucapkan salam dan berdo'a.

- (2) bertanya kabar kepada anggota kelompok.
- (3) Pemimpin kelompok menyampaikan maksud dan tujuan dari konseling kelompok
- (4) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok
- (5) Saling mengungkapkan dan mengenalkan diri

b. Tahap pralihan:

- (1) Menjelaskan kegiatan yang akan di tempuh pada tahap berikutnya
- (2) Mengamati apakah para anggota kelompok apakah sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya
- (3) Membahas suasana yang terjadi
- (4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

c. Tahap Inti:

- (1) Pemimpin kelompok menentukan permasalahan yang akan di bahas yaitu tentang “Disiplin tata tertib sekolah”
- (2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalahnya
- (3) Anggota kelompok membahas masalah secara mendalam
- (4) Pemimpin kelompok menekankan agar anggota kelompok yang lain dapat mengemukakan pendapat dan masukan untuk anggota kelompok yang sedang menceritakan masalahnya.

- (5) Pemimpin kelompok memberikan masukan dan pemahaman tentang “Disiplin tata tertib sekolah”
- (6) Pemimpin Kelompok memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok
- (7) Pemimpin Kelompok mengamati setiap kegiatan anggota kelompok.
- (8) Sebelum berakhirnya tahap ini pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk melakukan relaksasi dengan cara melenturkan otot-otot tubuh

d. Tahap Penutup:

- (1) Pemimpin kelompok menyatakan kegiatan akan segera berakhir
- (2) Pemimpin kelompok dan anggota menyimpulkan hasil kegiatan
- (3) Membahas kegiatan berikutnya
- (4) Menyampaikan pesan dan harapan
- (5) Berdo’a dan salam.

2) Pertemuan ke II

Senin 1 oktober 2018

a. Tahap awal:

- (1) Mengamati apakah anggota kelompok sudah siap untuk memulai kegiatan pada pertemuan ini.

- (2) Mengucapkan salam.
- (3) Memulai sesi konseling dengan berdoa.
- (4) Bertanya kabar kepada anggota kelompok.

b. Tahap pralihan:

Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk memainkan sebuah game “Bos Berkata” dalam memainkan permainan tersebut diharapkan peserta didik dapat lebih santai dan tenang sehingga tidak kaku dalam mengikuti sesi konseling.

c. Tahap Inti:

- (1) Pemimpin kelompok menentukan tema yang akan di bahas yaitu tentang “Membolos Saat jam Pelajaran”
- (2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalahnya
- (3) Anggota kelompok membahas masalah secara mendalam
- (4) Pemimpin kelompok menekankan agar anggota kelompok yang lain dapat mengemukakan pendapat dan masukan untuk anggota kelompok yang sedang menceritakan masalahnya.
- (5) Pemimpin kelompok memberikan pemahaman tentang Membolos Saat jam Pelajaran
- (6) Pemimpin Kelompok memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok

(7) Pemimpin Kelompok mengamati setiap kegiatan anggota kelompok.

d. Tahap Penutup:

(1) Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir

(2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan

(3) Anggota kelompok menyimpulkan kegiatan yang sudah dilaksanakan

(4) Berdo'a dan salam.

3. Pertemuan ke III

Selasa 16 oktober 2018

Pada pertemuan ketiga ini merupakan *follow up* atau menindak lanjuti situasi dan kondisi pesertadidik setelah dilaksanakannya siklus yaitu dengan cara menanyakan adakah perubahan perilaku pesertadidik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung yang membolos kepada guru BK berdasarkan buku catatan kasus.

c. **Observasi**

Dari hasil observasi siklus I yang dilakukan oleh peneliti selama kegiatan konseling kelompok berjalan pesertadidik antusias dengan kegiatan konseling kelompok dan mereka sudah mulai menyadari bahwa perilaku

membolos saat jam pelajaran merupakan perilaku yang tidak baik, sudah mulai nampak pengurangan perilaku, tetapi tidak secara signifikan, karena pada siklus I peserta didik atau anggota kelompok masih terlihat malu untuk terbuka, dan perlu dilakukan tindak lanjut untuk hasil yang lebih baik lagi.

d. Refleksi

Pada tahap ini peneliti akan mengevaluasi proses pelaksanaan konseling kelompok dan mengevaluasi hasil frekuensi siswa membolos sebelum mengikuti sesi konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* dan sesudah mengikuti sesi konseling kelompok menggunakan teknik *self-management*. Untuk mengetahui keberhasilan perbaikan diperlukan data yang dikumpulkan selama PTBK berlangsung. Dalam penelitian ini peneliti menggali data dengan menggunakan tiga cara yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi, yaitu :

- 1) Observasi, Berdasarkan hasil observasi peserta didik terlihat antusias dan senang dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok, namun terdapat kekurangan dan hambatan yang harus diberikan tindak lanjut untuk memaksimalkan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management*, walaupun pada siklus satu ini masih tetap ada 7 peserta didik yang masih membolos tetapi secara total intensitas mengalami pengurangan yang baik.

2) Wawancara, Wawancara dilakukan kepada guru BK, guru mata pelajaran serta wali kelas XI IIS 4 MAN 2 Bandar Lampung guna memperoleh data berupa frekuensi siswa membolos sebelum mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-managemen* dan frekuensi siswa setelah mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-managemen*.

3) Dokumentasi, dokumentasi dilakukan dengan melihat buku catatan BK selama siklus 1 dilaksanakan.

Hambatan serta kekurangan yang terdapat pada siklus 1 sebagai berikut:

- a) Hambatan, ketidakhadiran pesertadidik dikarenakan kegiatan sekolah dan izin sakit, susah menyesuaikan waktu untuk melaksanakan sesi konseling kelompok, waktu yang sedikit karena waktu yang diberikan bersamaan dengan waktu shalat ashar
- b) Kekurangan, Peneliti kurang melakukan pendekatan interpersonal terhadap peserta didik, terdapat pesertadidik yang masih malu untuk mengemukakan masalah dan menyampaikan pendapatnya.

Dari hal tersebut diatas, peneliti merasa perlu melaksanakan siklus II untuk lebih memaksimalkan penelitian menggunakan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* untuk mereduksi perilaku membolos pada pesertadidik, tindak lanjut yang akan dilakukan oleh peneliti adalah dengan menjalin hubungan

interpersonal yang baik dengan peserta didik, dan meminta izin menggunakan jam pelajaran kepada guru mata pelajaran sejarah.

2. Siklus II

a. Tahap perencanaan

Untuk menindaklanjuti permasalahan yang terdapat pada siklus I, peneliti melakukan kolaborasi kembali dengan guru BK dengan merencanakan langkah-langkah konseling, yang dapat dipaparkan sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* yang meliputi waktu, dan tempat.
- 2) Menyiapkan RPL beserta materi/topik bahasan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok sesuai dengan aspek.
- 3) Menyiapkan lembar penilaian jangka pendek dan panjang.

b. Tindakan

Dalam melaksanakan tindakan, peneliti dan kolaborator menyepakati penggunaan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* sebagai teknik yang digunakan dalam penelitian ini, pada proses tindakan peneliti melakukan pengamatan terhadap peserta didik yang memiliki perilaku membolos.

- 1) Pertemuan ke IV

Senin, 22 oktober 2018 Ruang Kelas XI IIS 4

- a) Tahap pendahuluan:

(1) Mendahulukan dengan mengucapkan salam dan berdo'a.

(1) bertanya kabar kepada anggota kelompok.

(2) Mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan kelompok

b) Tahap pralihan:

(1) Menjelaskan kegiatan yang akan di tempuh pada tahap berikutnya

(2) Mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya

(3) Membahas suasana yang terjadi

(4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

c) Tahap Inti:

(1) Pemimpin kelompok menentukan permasalahan yang akan di bahas yaitu tentang "Membolos saat tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah (alfa)"

(2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalahnya

(3) Anggota kelompok membahas masalah secara mendalam

(4) Pemimpin kelompok menekankan agar anggota kelompok yang lain dapat mengemukakan pendapat dan masukan untuk anggota kelompok yang sedang menceritakan masalahnya.

- (5) Pemimpin Kelompok memberikan masukan dan pemahaman tentang Membolos saat tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah (alfa)
- (6) Pemimpin Kelompok memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok
- (7) Pemimpin Kelompok mengamati setiap kegiatan anggota kelompok.

d) Tahap Penutup:

- (1) Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir
- (2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan
- (3) Anggota kelompok menyimpulkan kegiatan yang sudah dilaksanakan
- (4) Berdo'a dan salam.

2) Pertemuan ke V

29 ktober 2018

a) Tahap awal:

- (1) Mendahulukan dengan salam dan berdo'a.
- (2) Bertanya kabar kepada anggota kelompok.
- (3) Mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan kelompok

b) Tahap pralihan:

- (1) Menjelaskan kegiatan yang akan di tempuh pada tahap berikutnya
- (2) Mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya
- (3) Membahas suasana yang terjadi
- (4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

c) Tahap Inti:

- (1) Pemimpin kelompok menentukan permasalahan yang akan di bahas yaitu tentang “Menejement diri dari perilaku tidak disiplin dan membolos”
- (2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalahnya
- (3) Anggota kelompok membahas masalah secara mendalam
- (4) Pemimpin kelompok menekankan agar anggota kelompok yang lain dapat mengemukakan pendapat dan masukan untuk anggota kelompok yang sedang menceritakan masalahnya.
- (5) Pemimpin Kelompok memberikan masukan dan pemahaman tentang Menejement diri dari perilaku tidak disiplin dan membolos
- (8) Pemimpin Kelompok memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok

(9) Pemimpin Kelompok mengamati setiap kegiatan anggota kelompok.

d) Tahap Penutup:

(1) Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir

(2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan

(3) Anggota kelompok menyimpulkan kegiatan yang sudah dilaksanakan

(4) Berdo'a dan salam.

3) Pertemuan ke VI

5 november 2018

Pada pertemuan keenam ini peneliti melakukan *follow up* atau menindak lanjuti situasi dan kondisi peserta didik setelah dilaksanakannya siklus yaitu dengan cara menanyakan adakah perubahan perilaku membolos pada peserta didik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung kepada guru BK berdasarkan buku catatan kasus.

c. Observasi

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada siklus II dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok berlangsung, peserta didik cukup antusias dan merasa senang dengan kegiatan konseling kelompok, setelah melakukan kegiatan konseling kelompok peneliti mengamati

pengurangan perilaku tercela berdasarkan buku catatan BK dan peneliti melakukan wawancara tentang perilaku membolos peserta didik kepada guru BK, dan hasil siklus menunjukkan terdapat pengurangan perilaku membolos dari siklus sebelumnya tujuh peserta didik yang pernah membolos setelah dilakukan siklus ke II berkurang menjadi tiga peserta didik.

d. Refleksi

Pada tahap ini peneliti akan mengevaluasi proses pelaksanaan konseling kelompok dan mengevaluasi hasil frekuensi siswa membolos sebelum mengikuti sesi konseling kelompok menggunakan teknik *self-managemen* dan sesudah mengikuti sesi konseling kelompok menggunakan teknik *self-managemen*. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan perbaikan diperlukan data yang dikumpulkan selama PTBK berlangsung. Dalam penelitian ini peneliti menggali data dengan menggunakan tiga cara yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi, yaitu :

- 1) Observasi, berdasarkan hasil observasi pada siklus I kekurangan dan hambatan sudah dimaksimalkan pada siklus II ini melalui layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management*, hal tersebut dapat terlihat dari perilaku peserta didik yang sebagian besar sudah tidak lagi melakukan perilaku membolos, namun masih ada 3

pesertadidik yang masih membolos akan tetapi secara intensitas sudah mengalami penurunan drastis.

- 2) Wawancara, Wawancara dilakukan kepada guru BK, guru mata pelajaran serta wali kelas XI IIS 4 MAN 2 Bandar Lampung guna memperoleh data berupa frekuensi siswa membolos sebelum mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-managemen* dan frekuensi siswa setelah mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-managemen*. Hasil wawancara sebagian besar mengungkapkan pesertadidik sudah tidak lagi membolos sekolah baik dalam pelajaran atau mengirimkan surat ketika tidak masuk sekolah.
- e) Dokumentasi, dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti untuk melaksanakan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* untuk mereduksi perilaku membolos pada pesertadidik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung. Pada siklus II terdapat pengurangan perilaku membolos dari tujuh pesertadidik yang pernah membolos, berkurang menjadi tiga pesertadidik dari hasil *follow up* dengan kolaborator berdasarkan buku catatan kasus di MAN 2 Bandar Lampung.

C. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Kelompok

Data awal pesertadidik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung yang peneliti dapatkan dari hasil observasi dan wawancara kepada guru BK dan buku catatan kasus, terdapat tujuh pesertadidik pernah membolos hal ini dapat diketahui dalam

buku catatan kasus, oleh karena itu peneliti melaksanakan penelitian tindakan untuk mereduksi perilaku membolos terhadap pesertadidik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung menggunakan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management*, penelitian membagi penelitian menjadi dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, dengan masing-masing siklus dilaksanakan dua kali konsling dan satu kali *follow up* dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siklus II, selama kegiatan konseling kelompok berlangsung, peserta nampak antusias dan senang dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok, setelah kegiatan konseling kelompok berlangsung, peneliti mengamati perilaku membolos pada pesertadidik berdasarkan buku catatan kasus, dan wawancara kepada guru BK. Hasil dari siklus pertama masih terdapat tujuh pesertadidik yang membolos namun mengalami penurunan atau pengurangan secara intensitas perilaku membolos dalam buku catatan kasus guru BK sebelumnya terdapat empat puluh tujuh kali total keseluruhan dari empat indikator pesertadidik yang pernah membolos, setelah dilakukan siklus pertama ini terdapat pengurangan total intensitas per-empat indikator perilaku membolos yaitu menjadi dua puluh total per-indikator keseluruhan pesertadidik, oleh karena itu dirasa kurang maksimal maka peneliti melaksanakan siklus II dari sebelumnya 7 pesertadidik pernah membolos setelah di lakukan siklus ke II berkurang menjadi 3 pesertadidik dengan total intensitas yang rendah yaitu empat kali.

b. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti untuk mengimplementasikan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* untuk mereduksi perilaku membolos pada peserta didik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung, dari kondisi awal terdapat tujuh peserta didik kelas XI IIS 4 yang pernah membolos (Tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah, membolos saat jam kosong, membolos saat belum mengerjakan tugas dan membolos saat malas belajar), hal tersebut dapat diamati melalui tabel hasil pra-penelitian sebelum diberikan tindakan sebagai berikut:

Tabel 4.1.
Kondisi Awal Perilaku Siswa Membolos Sebelum Mengikuti Layanan
Konseling Kelompok menggunakan teknik Self Management Siklus 1 dan siklus
2

No	Nama	Indikator Membolos dan Intensitas Membolos					Total Intensitas
		Tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah	Membolos saat jam kosong;	Membolos saat belum mengerjakan tugas	Membolos saat seragam tidak lengkap	Membolos saat malas belajar	
1	AS	1	2	-	-	2	5
2	AW	3	1	-	-	1	5
3	JAP	4	2	1	-	-	7
4	MAS	8	2	1	-	2	13
5	RA	1	2	-	-	2	5
6	RFA	6	1	-	-	1	8
7	TR	4	1	-	-	1	6

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa AS sebelum mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* pernah

membolos sebanyak satu kali tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah (alfa), dua kali membolos saat jam kosong, dua kali membolos saat malas belajar, dengan total intensitas keseluruhan lima kali membolos. AW dengan total intensitas sebanyak lima kali, JAP dengan total intensitas sebanyak tujuh kali, MAS dengan total intensitas sebanyak tiga belas kali, RA dengan total intensitas sebanyak lima kali, RFA dengan total intensitas sebanyak delapan kali, TR dengan total intensitas sebanyak enam kali.

Untuk pengamatan hasil setelah pelaksanaan siklus 1 dilihat dari catatan harian guru BK dan buku catatan kasus di MAN 2 Bandar Lampung, adapun hasil observasi tersebut sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil Setelah Peserta Didik Mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik Self Management Siklus 1

No	Nama	Indikator Membolos dan Intensitas Membolos					Total Intensitas
		Tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah	Membolos saat jam kosong;	Membolos saat belum mengerjakan tugas	Membolos saat seragam tidak lengkap	Membolos saat malas belajar	
1	AS		1				1
2	AW	1	1			1	3
3	JAP	2	1	1			4
4	MAS	2	2			1	5
5	RA		1				1
6	RFA	2	1			1	4
7	TR	1				1	2

Berdasarkan table di atas dapat dijelaskan bahwa setelah mengikuti sesi konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* mengalami

pengurangan dengan total intensitas masing-masing yaitu AS sebanyak satu kali, AW sebanyak tiga kali, JAP sebanyak empat kali, MAS sebanyak lima kali, RA sebanyak satu kali, RFA sebanyak empat kali, TR sebanyak dua kali.

Untuk mengetahui pengurangan perilaku peserta didik yang pernah membolos prakonseling kelompok dan setelah mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 1 dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.3
Pengurangan Perilaku Peserta Didik Membolos Sebelum dan Setelah Peserta Didik Mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik *Self Management* Siklus 1

No	Nama	Total Intensitas	
		Kondisi Awal	Siklus 1
1	AS	5	1
2	AW	5	3
3	JAP	7	4
4	MAS	13	5
5	RA	5	1
6	RFA	8	4
7	TR	6	2

Dilihat dari table di atas setelah peserta didik mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* pada siklus 1 ada pengurangan perilaku membolos. Pengurangan perilaku peserta didik membolos masing-masing adalah AS kondisi awal lima berkurang menjadi satu kali, AW kondisi awal lima berkurang menjadi tiga kali, JAP kondisi awal tujuh berkurang menjadi empat kali, MAS kondisi awal tiga belas berkurang menjadi lima kali, RA kondisi awal lima berkurang menjadi satu

kali, RFA kondisi awal delapan berkurang menjadi empat kali, TR kondisi awal enam berkurang menjadi dua kali.

Kemudian setelah peneliti melaksanakan tindakan pada siklus II terdapat perubahan dan pengurangan dari tujuh pesertadidik yang pernah membolos menjadi tiga adapun perubahannya dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 4.4
Hasil Setelah Pesertadidik Mengikuti Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik Self Management Siklus 1 dan Siklus 2

No	Nama	Indikator Membolos dan Intensitas Membolos					Total Intensitas
		Tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah	Membolos saat jam kosong;	Membolos saat belum mengerjakan tugas	Membolos saat seragam tidak lengkap	Membolos saat malas belajar	
1	AS						0
2	AW						0
3	JAP	1					1
4	MAS	2					2
5	RA						0
6	RFA	1					1
7	TR						0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sesudah mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* pesertadidik mengalami pengurangan perilaku membolos terdapat empat pesertadidik tidak membolos lagi pesertadidik tersebut adalah AS, AW, RA dan TR sedangkan tiga pesertadidik masih membolos sebanyak dua kali pesertadidik tersebut adalah MAS adapun JAP dan RFA masing-masing satu kali .

Table 4.5
Hasil Pengurangan Perilaku Pesertadidik Setelah Mengikuti Layanan
Konseling Kelompok menggunakan teknik Self Management. Membolos dari
Kondisi Awal, Setelah Siklus 1 sampai Siklus 2

No	Nama	Total Intensitas		
		Kondisi awal	Siklus I	Siklus II
1	AS	5	1	0
2	AW	5	3	0
3	JAP	7	4	1
4	MAS	13	5	2
5	RA	5	1	0
6	RFA	8	4	1
7	TR	6	2	0

Berdasarkan table di atas dapat diketahui bahwa telah terjadi pengurangan perilaku membolos pada pesertadidik dari kondisi awal ke siklus 1 dan ke siklus 2. Sebelum pesertadidik mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 1 dan 2. AS pernah membolos dengan total intensitas sebanyak lima kali, AW sebanyak lima kali, JAP sebanyak tujuh kali, MAS sebanyak tiga belas kali, RA sebanyak lima kali, RFA sebanyak delapan kali, TR sebanyak enam kali. Setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 1 masih ada pesertadidik yang membolos namun sudah berkurang. AS sebanyak satu kali, AW sebanyak tiga kali, JAP sebanyak empat kali, MAS sebanyak lima kali, RA sebanyak satu kali, RFA sebanyak empat kali, TR sebanyak dua kali. Dan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 2, ada empat pesertadidik yang tidak membolos lagi pesertadidik tersebut adalah AS, AW, RA dan TR. sedangkan tiga pesertadidik masih membolos sebanyak dua kali pesertadidik tersebut adalah MAS adapun JAP dan RFA masing-masing satu kali.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan hasil penelitian dengan judul implementasi konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* dapat mereduksi perilaku membolos terhadap peserta didik kelas XI IIS 4 di MAN 2 Bandar Lampung.

Hal tersebut dapat dilihat dari data kondisi awal sebelum siswa mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus I dan II, AS pernah membolos sebanyak satu kali tidak mengirimkan surat izin jika tidak masuk sekolah (alfa), dua kali membolos saat jam kosong, dua kali membolos saat malas belajar, dengan total intensitas keseluruhan lima kali membolos. AW dengan total intensitas sebanyak lima kali, JAP dengan total intensitas sebanyak tujuh kali, MAS dengan total intensitas sebanyak tiga belas kali, RA dengan total intensitas sebanyak lima kali, RFA dengan total intensitas sebanyak delapan kali, TR dengan total intensitas sebanyak enam kali.

Setelah mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus I dengan dua kali pertemuan mengalami pengurangan dengan total intensitas masing-masing adalah AS kondisi awal lima berkurang menjadi satu kali, AW kondisi awal lima kali berkurang menjadi tiga kali, JAP kondisi awal

tujuh kali berkurang menjadi empat kali, MAS kondisi awal tiga belas kali berkurang menjadi lima kali, RA kondisi awal lima kali berkurang menjadi satu kali, RFA kondisi awal delapan kali berkurang menjadi empat kali, TR kondisi awal enam kali berkurang menjadi dua kali.

Dan setelah siswa mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* siklus 2 dengan satu kali pertemuan, peserta didik mengalami pengurangan perilaku membolos terdapat empat peserta didik tidak membolos lagi peserta didik tersebut adalah AS, AW, RA dan TR sedangkan tiga peserta didik masih membolos sebanyak dua kali peserta didik tersebut adalah MAS adapun JAP dan RFA masing-masing satu kali.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan diatas dan kesimpulan diatas, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi peserta didik, Peserta didik yang pernah mengalami perilaku membolos diharapkan untuk tidak lagi mengulangi perbuatan membolos. Sehingga peserta didik tidak lagi tertinggal materi pelajaran yang tentunya dapat merugikan diri sendiri. Serta diharapkan untuk selalu patuh terhadap tata tertib sekolah.
2. Kepada Guru BK, diharapkan kepada guru BK dapat membantu peserta didik yang mengalami kesulitan dalam belajar terutama dalam menerapkan disiplin tata tertib sekolah dalam hal ini perilaku membolos peserta didik dengan memaksimalkan layanan bimbingan dan konseling, baik itu konseling kelompok, individu, bimbingan kelompok, maupun layanan informasi.

3. Kepada kepala sekolah, diharapkan sekolah dapat menyediakan sarana dan prasarana yang dapat menunjang kegiatan bimbingan dan konseling disekolah, serta dapat memberikan jam khusus untuk bimbingan dan konseling sehingga dapat mempermudah guru BK dalam melakukan pendekatan terhadap peserta didik



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. "Prosedur Penelitian," Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Arikunto, Suhardjono, and Supardi. "Penelitian Tindakan Kelas," Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2007.
- Alamri, Nurdjana. "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah" Jurnal Konseling GUSJIGANG, No. 1, 2015
- Asri, ni luh, Ni ketut Suarni, and Dewi Arum. "Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014." *Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling 2* (2014).
- Azar, and Syifiudin. "Sikap Manusia," Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo, 2001.
- Dasami, Pria, N Dantes, and NM Setuti. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Untuk Meminimalisir Kecenderungan Perilaku Menyimpang Siswa Kelas Vii B8 Smp Negeri 6 Singaraja," n.d.
- Dahl, Patricia. "Factors Associated With Truancy: Emerging Adults ' Recollections of Skipping School," 2016
- Dian Fitri, Anike. "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self-Management) Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas X-11 Sman 15 Surabaya" *UNESA Journal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, No 1, 2013
- Defriyanto, and Dewi Jamil Rahayu. "Evaluasi Program Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik Di Sekolah Menengah Atas (SMA) YP Unila Bandar Lampung." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling 2*, no. 2 (2015).
- Hakim, and Thursan. "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri," Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Herdiansyah, Haris. "Metodologi Penelitian Kualitatif," Jakarta: Selemba Humanika, 2011.

- Isnaini, Faiqotul dan Taufik. "*Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*" Penelitian Humaniora, No. 2, 2015.
- Indayani, Anggi, Gede Sedanayasa, and Ni Nengah Madri Antari. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya Untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X.1 Sma Negeri 1 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 2, no. 1 (2014).
- Kartono, Kartini. "Bimbingan Bagi Anak Dan Remaja Yang Bermasalah," Jakarta: Rajawali, 2005.
- Komalasari, Gantina. "Teori Dan Teknik Konseling," Jakarta: PT Indeks, 2011.
- Kurnanto, M. Edi. "Konseling Kelompok," Bandung: Alfabeta, 2013.
- Kunandar. "Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru," Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011.
- Moeloeng, Lexy J. "Metodologi Penelitian Kualitatif," Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008.
- Mahmudah. "Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavior." *Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling*, no. 10220122 (n.d.).
- Muslimin. "Pengaruh Konseling Kelompok," Bandung: Rineka Cipta, 2014.
- MD, Eremie. "Arabian Journal of Business and Counselors and Teacher ' S Ranking of Factors Causing Truancy Among Secondary School Students in Rivers State , Nigeria." *Arabian Journal of Business and Management Review* 5, no. 6 (2015).
- Prayitno. "Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok," Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.
- Prayitno, and Amti. "Psikologi Pendidikan," Jakarta: Rineka Cipta, 2003.
- Prayitno, and Amti. "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling," Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Riadi, Muchlisin. "Layanan Konseling Kelompok," Jakarta: Rake Sarasin, 2008.

- Purwoko, Budi, and M Pd. "Tocen Economy Untuk Mengurangi Perilaku Rohimatul Afifah," n.d.
- Sari, Utari Mayang, A Muri Yusuf, and Alwen Bentri. "Truancy and Implications in Guidance and Counseling" 2016.
- Sukardi, Dewa Ketut, and Nila Kusmawati. "Proses Bimbingan Dan Konseling Disekolah," Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Sukidin, Basrowi, and Suranto. "Manajemen Penelitian Tindakan Kelas," Surabaya: Percetakan Insan cendekia, 2002.
- Thahir, Andi. "Peningkatkan Konsep Diri Positif Peserta Didik Di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)" 2017.
- Wibowo. "Konseling Kelompok Perkembangan," Semarang: Ghalia Indonesia, 2005.
- Winkel, W. S, and Sri Hastuti. "Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan," Yogyakarta: Media Abadi, 2005.